不抱怨的智慧

Positive Life Wisdom

[illegible]

[illegible]

[illegible]

COAY Books

目录
Content

- 寻找原因｜为什么你总是抱怨1
- 寻找原因｜为什么你总是抱怨2
- 寻找原因｜为什么你总是抱怨3
- 寻找原因｜为什么你总是抱怨4
- 寻找原因｜为什么你总是抱怨5
- 寻找原因｜为什么你总是抱怨6
- 寻找原因｜为什么你总是抱怨7
- 寻找原因｜为什么你总是抱怨8
- 寻找原因｜为什么你总是抱怨9
- 寻找原因｜为什么你总是抱怨10
- 寻找原因｜为什么你总是抱怨11
- 寻找原因｜为什么你总是抱怨12
- 放弃抱怨｜别让阴影困扰你1
- 放弃抱怨｜别让阴影困扰你2
- 放弃抱怨｜别让阴影困扰你3
- 放弃抱怨｜别让阴影困扰你4
- 放弃抱怨｜别让阴影困扰你5
- 放弃抱怨｜别让阴影困扰你6
- 放弃抱怨｜别让阴影困扰你7
- 放弃抱怨｜别让阴影困扰你8
- 放弃抱怨｜别让阴影困扰你9
- 放弃抱怨｜别让阴影困扰你10
- 放弃抱怨｜别让阴影困扰你11
- 放弃抱怨｜别让阴影困扰你12
- 准确定位｜不要羡慕高处的苹果1
- 准确定位｜不要羡慕高处的苹果2
- 准确定位｜不要羡慕高处的苹果3
- 准确定位｜不要羡慕高处的苹果4
- 准确定位｜不要羡慕高处的苹果5
- 准确定位｜不要羡慕高处的苹果6

- 准确定位｜不要羡慕高处的苹果7
- 准确定位｜不要羡慕高处的苹果8
- 准确定位｜不要羡慕高处的苹果9
- 准确定位｜不要羡慕高处的苹果10
- 准确定位｜不要羡慕高处的苹果11
- 准确定位｜不要羡慕高处的苹果12
- 主动改变｜发现一个全新的自己1
- 主动改变｜发现一个全新的自己2
- 主动改变｜发现一个全新的自己3
- 主动改变｜发现一个全新的自己4
- 主动改变｜发现一个全新的自己5
- 主动改变｜发现一个全新的自己6
- 主动改变｜发现一个全新的自己7
- 主动改变｜发现一个全新的自己8
- 主动改变｜发现一个全新的自己9
- 主动改变｜发现一个全新的自己10

寻找原因｜为什么你总是抱怨1

天上不会掉抱怨，地上也不会长抱怨，那么抱怨从哪里来？为什么你总是抱怨？想要拥有没有抱怨的世界，首先要学会寻找原因，溯本逐源地去审视自己，我为什么会抱怨？怎样才能不抱怨？只有找到病因，积极“治疗”，你才能彻底根治，从而在走向快乐的同时，拥抱成功。

到处都能听到的抱怨

气候有冷暖，人生有四季。人生在世，有谁能事事如意？所谓的“万事如意”，不过是人们的美好祝福而已。

面对失意，有人选择了坚强，有人选择了逃避，更多的人则选择了抱怨。他们就像鲁迅先生笔下的祥林嫂一样，逢人便诉苦，张嘴就抱怨，以至于抱怨就像传染病一样，充斥着我们的生活，不断感染着我们原本美好的世界——

失败者说：“为什么老天总是不开眼？为什么上帝总是不上班？”

失恋者说：“为什么我爱的人不爱我？为什么受伤的人总是我？”

失业者说：“为什么伯乐总是那么少？为什么没有人赏识我？”

贫穷者说：“为什么财神总是不眷顾我？我想要的其实并不多！”

病患者说：“为什么病魔总是缠着我？我只不过想要一个健康的身体！”

……

凡此种种，不绝于耳。更有甚者，即使是那些取得了非凡成就的成功人士，他们也不潇洒，他们也有郁闷，他们的抱怨之辞并不比一般人少——

富人说：“为什么他比我更有钱？为什么他有钱还很悠闲？”

哲人说：“难道真的是高处不胜寒？为什么没有人接受我的理念？”

智者说：“为什么我不能把智慧变成钱？为什么我什么都知道却如此贫寒？”

权贵说：“为什么人生苦短？为什么我不能成佛成仙？”

……

套用一句老话——人人有本难念的经，这本经的名字叫“抱怨”。郁闷，早已成为了现代人的通病。有病不治，病情势必会恶化，最终让人在抱怨的轮回中陷入痛苦的深渊，不能自拔。

所以，我们是时候应该问问自己为什么总是怨天、怨地、怨声载道了！

寻找原因｜为什么你总是抱怨2

好在这个世界上还有一些从不抱怨的人，他们可以给我们答案。他们说：

——当爱已成往事，请潇洒地挥手，并笑着为对方祝福！因为爱并不是占有，更何况没有人会逃避幸福！当你明白了爱的真谛，爱情的森林里总有一株爱情属于你。

——如果没有财富，或者财富得而复失，你一定要明白钱财生不带来死不带去的道理，一个人最大的财富，恰恰是你自己。只要还有信心，只要还有勇气，该是你的，终将属于你。

——当你逐渐老去，你更要学会珍惜。你要无怨无悔地过好每一天，用快乐去冲淡岁月的无情痕迹。只要保持住18岁的心态，岁月永远不老，没有人比你更年轻。

——当你失去健康，或者你从一开始就不拥有健全的身体，那么请把你的缺憾看成奋斗的动力。为了能够不带遗憾地离开这个世界，你应该每天给自己一个希望，学会拯救自己。

——当你失去亲人的时候，请把悲伤的焦点向着生命中的美好转移。你必须从悲伤中恢复过来，你必须坦然接受那些不可改变的现实，学会照顾自己，唯有如此，才能让亲人在天国里安息。

——至于挫折和失败，你更没有必要为它们抱怨和叹息。请相信，它们只能更大程度地成就你。如果你是雄鹰，你迟早会搏击长空；如果你是骏马，你必然能驰骋万里；如果你是钻石，你总有一天会放射出炫目的光芒。

不妨这样说，你要学会在放下中选择，在失败中奋起，将快乐和积极根植在你生命中的每一天。希望下面的小故事能为你提供些许借鉴意义：

哲学家带着一群学生漫游世界。数年光阴，他们游历了很多国家，拜访了很多有学问的人，学生们个个满腹经纶。回到家乡以后，

哲学家把学生们带到郊外的一片草地上，他说：“数年游历，你们都已经成为了饱学之士，现在学业就要结束了，今天是你们的最后一课！”

说完，哲学家坐在草地上，学生们也围着哲学家坐了下来。哲学家问：“现在我们坐在哪里？”

学生们回答：“我们坐在旷野上。”

哲学家又问：“旷野上长着什么？”

学生们回答：“旷野上长满了杂草。”

哲学家说：“不错，旷野里长满了杂草。我的问题是，‘如何除掉这些杂草’？”

学生们感到非常意外，他们想，一生都在探讨人生奥妙的哲学家，最后一课居然问了一个再简单不过的问题。

一个学生开口说：“老师，只要有铲子就够了。”

哲学家看了看他，不置可否。

另一个学生接着说：“用火烧也可以。”

哲学家微笑了一下，示意下一个学生回答。

第三个学生说：“斩草须除根，只要把根挖出来就行了。”

……

学生们讲完后，哲学家站了起来，说：“课就上到这里。你们回去以后，可以按照各自的方法尝试。如果没能除掉，一年以后再来相聚。”

一年后，所有的学生都来了，不过原来相聚的地方，却已经变成了一片丰收的稻田。

数年后，哲学家去世了，学生们在整理他的言论时，在他的著作的最后补充上了下面的内容：要想除掉旷野上的杂草，方法只有一种，那就是在上面种上庄稼。要想让灵魂没有纷扰，唯一的方法就是用美德去占据它。

寻找原因｜为什么你总是抱怨3

除掉杂草要用庄稼去占据它，排除灵魂的纷扰要用美德去占据它，远离抱怨则需要我们以最大的热情投身生活，用心栽培快乐，用心感受幸福。做到了这一点，生命中便没有抱怨，有的只是升华！

抱怨的实质是对自己不信任

很多人可能会问，抱怨与不自信有什么关系？这两者似乎很难联系起来。其实不然，我们常说“抱怨是无能的表现”，那些喜欢抱怨、习惯抱怨的人，无一不是自卑、消极、平庸得可怜。遇到挑战，他们会说“不行不行我不行”；遇到挫折，他们会说“我恨我恨我真恨”；遭遇失败时，他们会大发感慨：“看来我真的不行，这个世界真的是‘不如意事常八九’啊！”……可见，抱怨的实质就是对自己不信任，消极的心态和行动则是抱怨产生的根源。

反观生活中的勇者，他们的字典里从来没有“不可能”，当然更没有“抱怨”。压力越大，他们的激情越高涨；困难越多，他们的心境越平和。无论身处何时何地，他们总是高呼着“我能行”，自信满满地奋勇前进，百折不回。

命运对于刘坚来说，可谓不公平，由于家庭条件不好，他不得不中途辍学养家。更为糟糕的是，由于小时候的一场车祸，他的一条腿留下了残疾。因此，即使是做普通工作，刘坚也往往感到很吃力。

一开始，刘坚和几个同乡一起进了广州一家电子厂，他根本跟不上传送带的节奏，虽然忙得满头大汗，但和其他工友相比无疑差得很多，这自然影响了整体效益。于是，领导对他发脾气，同事们对他不满意，有的人甚至讥讽他说：“你天生不是干活的料，不如回家领点低保凑合着混日子得了”。刘坚知道，自己的确影响了同事们，因此他从不计较，相反他决定用行动证明自己能干好这份工作，从而赢得大家的好评。于是，他每天早出晚归，甚至以厂为家，每天不是研究技术就是研究工作要领，一天到晚累得满头大汗。

正所谓天道酬勤，渐渐的，刘坚的工作越来越出色。到年底时，他竟然被评为“年度最佳员工”，不仅受到了领导的奖金嘉奖，而且还被提升为车间主任。但是刘坚并没有满足，在工作中，他总是身先士卒，更好地促进了企业的发展，同时赢得了上司和下属的尊敬，最终在工作两年后被提升为副厂长。

必须承认，人生不如意之事十之八九，很多时候甚至令人心酸。但是一味地抱怨总不是办法。抱怨非但于事无补，反而会使我们失去冷静、平和的心境以及前进的动力。刘坚的成功，再次印证了这样一个道理：即使我们并不优秀，甚至有着明显的不足，但只要我们拥有信心和百折不挠的勇气，最终就能够劈开困难的枷锁，赢得胜利。而那些专门抱怨、缺乏信念的人，往往只能在对别人的羡慕、对自己的懊悔之中虚度一生。

哲人说：“如果不能改变，那就要学会适应。”于是很多人学会了适应。但是他们与其说是在适应，倒不如说是在苟且偷生。苟且偷生之余，他们还要抓紧一切时机发泄他们的不满，抱怨上帝的不公。

很显然，他们曲解了哲人的原本用意：山中有狼，这个现状鹿改变不了。鹿变不成狼，但是鹿不能因为狼的存在，就躲在灌木丛里抱怨上苍的不公平。它必须不停奔跑，不停奋斗，直到强壮了自己，强化了基因。它们不能改变自己是鹿、注定要被狼吃的宿命，它们只能通过改变自己，尽量谋求生存。

同样的道理，抱怨也不会使人更聪明、更强大。唯有“自助”，才能有“天助之”。因为“天若有情天亦老”，上帝如果有了同情心，这么多失意的人，他怎么帮得过来？

所以，如果你还在抱怨，请从现在开始立即放弃抱怨，转而用积极的眼光看世界，用信心去改变自己。请记住：一棵草改变不了大地，但它总能选择根的深度。当自信深种在你的心田，抱怨将没有丝毫的立足之地！

寻找原因｜为什么你总是抱怨4

自负只能让自己陷入抱怨的深渊

什么是自负？最准确的解释就是自信得过了头。自信与自负只有一步之遥，人们在现实生活中往往将两者混为一谈。在行动上，人们也往往将自负炫耀成自信。三国时期著名的历史事件关羽大意失荆州、刘备被陆逊火烧连营，都是自负心理导致的恶果。据说刘备被陆逊所打败之际，他仰天长叹“我竟被陆逊所折辱，岂不是天意？”其实哪里是什么天意，完全是他不冷静、不理智，为小怨而兴大兵、见小利而求速成造成的苦果——从中我们也可以看出，自负是抱怨产生的间接根源——自负导致失败，失败的人又大多会抱怨。

可见，为了不让自己陷入抱怨的深渊，当务之急是改变自己傲慢自负的心理。可惜的是，很多人没能意识到这一点，反而认为自己有学识、有能力、有功劳。如果得不到他们理想中的被认可，这还会引发他们所谓的怀才不遇的抱怨。但是实际上，导致一个人自负的根本原因并非博学多才，而是因为他的无知和修养上的欠缺。有关古希腊哲学家苏格拉底的一个小故事，可以充分地说明这个问题：

苏格拉底学识渊博，富有智慧，但是他非常谦虚，从来不以权威自居。即使是辩论，他也是循循善诱，让对方自己得出正确的结论。广博的知识和谦逊的品格，为苏格拉底赢得了世人的普遍尊敬，被公认为最聪明的人。

苏格拉底却从不这样认为，他屡次纠正说：“不可能！我唯一知道的事情是，我一无所知。”

可是人们仍然异口同声地称赞他是城邦中最聪明的人，并且建议他到神庙中占卜一下，问问神灵的意思。苏格拉底推辞不过，只好到神庙中去占卜，结果占卜的结果与众人说的一样——他确实是城邦中最聪明的人。面对神谕，苏格拉底无话可说，但他仍然喃喃自语道：“我唯一知道的事情是，我一无所知。”

然而诸如我等凡夫俗子，每日在世俗社会中摸爬滚打，又有几人能够达到苏格拉底的境界？大部分人都是“只要葫芦不要叶子”，自负得只知有己不知有人。结果成功无望不说，巨大的心理落差往往会让人们叫苦不迭、抱怨连连。

必须提醒的是，骄傲和自负是人性中最普遍的弱点，任何人都必须多加注意，戒骄戒躁。即使是那些已经取得伟大成就的人，一旦骄傲自负，不仅会止步不前，而且会一落千丈，令人扼腕。发明大王爱迪生怎么样？照样因为自负而“晚节不保”！

年轻时，爱迪生不仅自信，而且谦虚，当他因为取得了很多常人难以企及的成就而被称为天才时，他总是谦虚地说：“所谓天才，不过是1%的灵感，加上99%的汗水。”此后通过不懈的努力，他又取得了多达一千多种的各类发明，被人们称为“发明大王”。可是到了晚年，爱迪生的自信就变成了可怕的骄傲，他甚至对他的助手们说：“不要向我建议什么，任何高明的建议也超越不了我的思维。”结果可想而知——因为他太过自负，不仅使自己停滞不前，而且使很多颇有才华的助手离他而去，因此直到去世，他再也没有取得什么重大的成就。

爱迪生是否曾经抱怨，我们不得而知，但是自负心理给他带来的消极影响，无疑是他自己也是全人类的巨大损失。还是那句老话：谦虚使人进步，骄傲使人落后。认为自己一定能赢，保持必要的自信固然很好，但是过分的自信却往往会令人们自绝于胜利，甚至遗憾终生。

现实生活中，类似的例子更是不胜枚举：

寻找原因｜为什么你总是抱怨5

“大家看我这个方案怎么样啊？都畅所欲言啊！张工有没有建议？没有啊，那李工呢？也没有……既然都没有，那就执行！”在深圳某服装厂的例会上，厂长郭大明故作姿态地询问了那些唯唯诺诺的下属们，然后想当然地拍了板。

“慢着！”原来是新来的厂长助理小杨，他不看大家惊讶的目光，不合时宜地阻止道：“郭厂长，我认为不能这样匆忙决定，咱们得搞一个可行性方案……”

“你懂什么！”没等小杨说完，郭大明就不耐烦地打断了他。

“不能盲目乐观，否则很可能造成重大损失，现在金融危机越来……”初来乍到的小杨还想说些什么，却被旁边的营销部经理拉走了。

“真是的，我走过的桥比他走过的路还多！把本职工作干好了就不错！”对于小杨的多事，郭大明不无气愤。

“是，是！”几个部门经理附和着。在厂里，郭大明就是神，不仅他自己，几乎所有的员工都这样认为。小杨的劝谏无疑是自取其辱。

然而，悲剧却不可避免地发生了。就像小杨所说的那样，金融危机越来越严重，分厂投产后不久便被迫停产，直接经济损失达数百万元。

此外，自负还容易导致嫉妒甚至嫉恨心理的产生。科学研究表明，一个自负的人，通常也是一个嫉妒心很强的人。在学校里，他瞧不起比他成绩差的同学，更容不得比他成绩更好的同学；在职场中，他看不起那些能力稍差的同事，甚至领导和客户，而对于那些比自己能力强的同事则心怀嫉妒，尤其是那些能力不如自己但因为某些原因高他一等的人；在生活中，他们看不到别人的付出，总认为自己应该得到的更多……久而久之，这种心理日益增长，这种人就会成为一个

心理阴暗、怨天恨地的人。但是抱怨又有什么用呢？还是及早纠正自己的自负心理来得更实在一些。

苛求他人是一把刺向自己的剑

“不要苛求别人，更不要刻薄自己，这样快乐会很容易。”——这是著名作家徐璐的名言。作家用寥寥数语便告诉了我们拥抱快乐、远离抱怨的真谛——不要苛求他人。

所谓苛求，简单来说就是过严地要求。既然是过严地要求别人，自然没有人乐于接受。心理学家指出，无休止地抱怨，或者向他人施加压力等行为，都是对一个人的精神施暴。人们的承受能力毕竟有限，一旦这种压力达到一定程度，除了极少数人会消极躲避以外，大部分人都会本着“哪里有压迫，哪里就有反抗”的原则回敬你。无论是哪一种结果，无疑都是人们不愿看到的，无疑都会引发一连串的抱怨。

父母过世以后，大勇一直和妹妹小玲相依为命。大勇在一家建筑公司上班，小玲则在家料理家务。

周末下班回到家，小玲一脸冰霜地抱怨道：“哥，你怎么又回来晚了！对了，刚才物业又来收取暖费了，你发工资了没有？”

“还没有，经理说……”

“说，说什么？一个大男人，一个月才赚1000块，还每个月拖、拖、拖，你看人家小丽的哥哥，现在都做部门经理了！”

“他有本事，你去找他呀！别在我这待着！一天到晚不干活，你说我一下班冷锅冷灶的，哪有心思干活？猴年马月也当不上经理，都是让你给拖累的。”

寻找原因｜为什么你总是抱怨6

“不就今天没做饭吗？我每天在家当洗衣妇、烧饭婆，哪一天不是累得腰酸背痛的？今天我还就不做了，你自己看着办吧！”

“你累，难道我就不累吗？你知不知道，现在金融危机越来越严重，我们公司又要裁员了，我的压力有多大，你知道吗？”大勇越说越气，到最后怒不可遏，随手把手里的公事包砸到了小玲身上。

“呜——呜。”小玲像个泼妇似的号啕大哭起来。

“这日子没法过了！”大勇抬腿出门，到外面的小饭馆喝酒去了。

大勇并不知道，小玲之所以没给他做饭，而且向他抱怨，其实是因为心爱的男友抛弃了她。小玲非常伤心，却又无处排解，只好把烦恼发泄到了哥哥身上。但她哪里知道，哥哥正面临着失业的压力，心情也好不到哪里去。如此一来，家庭战争在所难免。很明显，他们缺乏必要的沟通，他们不应该动不动就苛求、指责对方。这个道理很多人都懂，但是很少有人注意到苛求他人的严重性。很多时候人们总是过于在意自己的感受，却忽略了家人同样需要安慰和体贴。家庭生活中，相关的抱怨此起彼伏：

——你看人家阿娇的老公，住豪宅、开名车，你再看看你，怎么这么不努力、不争气？说，你什么时候给我买金项链？

——你怎么每次都落在人家小刚后面，你也争争气，给我考个第一回来！

——爸爸，我同学的爸爸都是局长级的了，您怎么还是个小职员啊！跟人一说都不好意思！

……

类似的家庭，其幸福指数有多高，相信任何人都可以想象得出来。这样的家庭，不争吵才怪呢。

对于职场人士而言，对他人是否苛求，对他的职业生涯和整个人生同样影响深远。尤其是一些年轻人，他们拥有激情和梦想，敢作敢

为，没有规矩和条框的束缚。这是年轻的资本，也是人类进步、社会发展的巨大动力。但是就像比尔·盖茨所说的那样——老板就是老板，职场不是理想世界。如果不能从老板的角度出发，去考虑问题，去改变自己，可能终其一生，你只能眼睁睁地看着别人住豪宅、开跑车，在抱怨中白了少年头空悲切了。

老板们更应该注意，不要整天把“有压力才有动力”挂在嘴边，须知“管理无情人有情”，唯有重赏，才能产生勇夫。如果只知道苛求员工多干活，而舍不得必要的激励，你又怎么好意思抱怨员工炒了你的鱿鱼呢？因此，无论你是老板还是员工，当你对别人苛求的时候，不妨退后一步，看看局中的自己和别人。

对于我们的朋友，我们更不能苛求什么。只要是我们的朋友，无论性格、能力、地位与你有多大的差别，你都应该学会去欣赏、去包容、去喜欢。有些事，很容易去做，比如埋怨，比如指责。但是抱怨和指责之后，你会发现这非但于事无补，还会让我们失去宝贵的友谊。与其如此，何不学着宽容？何不试着给予？

所以，在这个不能苛求别人的世界，我们只能苛求自己：苛求自己对家人、对爱人、对朋友，以及身边所有的人都好一点，更好一点。当你找到了自己深藏已久的爱心，当你学会了欣赏和付出，你自然就远离了苛求和抱怨。随之而来的收获，同样会让你始料不及！笑着为自己祝福吧！

寻找原因｜为什么你总是抱怨7

世界上永远没有绝对的公平或不公平

公平是什么，不公平又是什么？这是一组非常深刻、非常微妙的哲学命题。在这里，我们抛开那些深奥的大道理，只说说公平或者不公平与抱怨或者不抱怨的关系。

先看一个有关公平的故事：

美国的布鲁金斯学会多年来以培养世界上最杰出的推销员著称于世。该学会有一个传统，那就是每期学员毕业时，会给他们出一道最能体现推销员实战能力的实习题。

在尼克松当政时期，曾经有一位学员成功地把一台微型录音机卖给了尼克松总统。为了奖励他，学会赠给了他一只刻有“最伟大的推销员”的金靴子。但是在接下来的26年时间里，却再也没有人能够获此殊荣。

最有意思的是，在克林顿当政时期，学会居然给学员们出了这样一道难题：请把一条三角裤推销给现任总统。

后来克林顿卸任，布什走马上任，学会的实习题也有所改变：请把一把斧子推销给布什总统。

由于之前26年时间里无数前辈都无功而返，许多学员都放弃了角逐金靴奖的机会。他们抱怨说，这个任务并不比推销三角裤简单，因为现任总统根本不需要斧头，即使需要也用不着亲自购买。

直到2001年，一位名叫乔治·赫伯特的推销员的出现，才再次打破了这一推销极限。然而，用乔治·赫伯特自己的话说，他却没花多少工夫。他说：“我认为把一把斧子推销给布什总统是完全有可能的，因为总统在得克萨斯州有一个农场，里面有许多树。于是我给他写了一封信，信中说：‘总统先生，有一次我有幸参观了你的农场，发现里面长着许多大树，有些已经枯死了。我想您一定需要一把斧头。眼下我这

里正好有一把非常适合砍伐枯树的斧头，如果您有兴趣的话，请按这封信上的地址给予回复。’后来，他就给我汇来了买斧头的钱。”

曾经有记者这样问过布鲁金斯学会的负责人：26年的时间里，学会培养了数以万计的推销员，也造就了数以百计的百万富翁。难道说他们的能力真的不如乔治·赫伯特吗？为什么不把金靴奖发给他们？换言之，布鲁金斯学会不公平。对此，该负责人回答道：“这只金靴子之所以没有授予其他的学员，是因为我们一直想寻找这么一个人，这个人不因有人说某一目标不能实现就放弃，不因某件事情难以办到而失去自信。”

在乔治·赫伯特成功之前，布鲁金斯学会的每一个会员都有机会赢得金靴奖，这就是公平！当乔治·赫伯特将那把斧头成功地推销给布什总统后，他就赢得了金靴奖，这也是公平！与此同时，他的成功有力地证明了这样一个哲理：很多我们自认为难以做到的事情，并不见得真的难以做到；而是因为我们失去了自信和积极的进取心，有些事情才愈发显得难以做到。人类的通病，就是轻而易举地将某些事情用“不可能”简单化，这也是成功路上的最大障碍，如果不能打破这种精神牢笼，把对梦想的憧憬化成奋斗的动力，这辈子你可能真的与成功无缘了。

所以，每一个成功路上的竞赛者都应该立即为自己制订一个明确的目标，知道自己要的是什么，并用热切的渴望、积极的行动去实现它，而不是一味地去抱怨世界的不公。因为世事没有绝对的公平，一味地追求公平只会让人心理失衡；一味地为了公平而争斗，只会让我们舍本逐末，失去更多。更何况，又有谁会在意一个失败者的抱怨呢？

再看一个不公平的故事：

寻找原因｜为什么你总是抱怨8

大学毕业后，柳玫去一家公司应聘信息员职位，一路上过关斩将，终于到了老板面试这一关。谁知那位老板只是和她简单地交谈了几句，看了看她的简历，就说："对不起，我们不能录用你——你连自己的简历都保管不好，我们怎么放心把工作交给你呢?"

原来早上临出发时，柳玫走得急，一不小心碰翻了茶杯，溅湿了简历，再重做一份已经来不及了，她只好带着那份留有水渍、皱巴巴的简历前来应聘，谁知问题就出在了这上面。

这能怪谁呢？回家后，柳玫没有丝毫抱怨，没有埋怨那个老板小题大做，她只是非常认真地用钢笔抄写了一份简历，并给那家公司的老板写了一封信，信中写道："贵公司是我心仪已久的单位。您对我的近乎苛刻的要求，正反映了贵公司在管理上的认真与严谨，精益求精，这也是贵公司长久以来保持兴旺发达之所在。我一定铭记您的教诲，在今后的工作中尽心尽责，一丝不苟。"柳玫发自肺腑的话语，详略得当的简历，以及娟秀清丽的笔迹，让对方眼睛一亮，当即打电话通知她第二天来公司报到。

柳玫的做法无疑是正确的，因为她在遇到不公正的待遇后，首先想到的不是抱怨老板的不近人情，而是立刻采取补救措施，为自己制造新的机会。因此，不要抱怨你受到的不公平对待，"存在就是合理的"，你所受到的待遇是有它"存在"的背景、条件和原因的。一个失败的人，自身肯定会有欠缺的地方。与其抱怨别人，不如改变自己，你自己改变了，一切都有可能改观。

所以说，世界上永远没有绝对的公平或不公平。如果不能摘下个人感情的有色眼镜，保持端正的心态，用潇洒豁达的人生态度去生活，那么你将永远找不到公平，永远活在抱怨的天空下。更何况，公平不公平对每个人来说真的那么重要吗？我们真的需要那些所谓的公平吗？谁都无法否认，在很多时候，公平不公平其实并不重要。让人

们耿耿于怀、愤愤不平的所谓公平，不过是人们进行争斗的借口，或者说是“抱怨症”患者的偶尔发作而已。

抱怨者习惯为失败找借口

居里夫人曾经说过：“失败者总是找借口，成功者永远找方法。”这里所说的借口，无疑是抱怨的另一种表达方式。在失败面前，人们总能找出种种借口，编织各种各样的理由，来掩饰自己的懦弱、错误和无能。在日常生活、工作中，总是充斥着这样那样的借口和抱怨：

“这个客户太难伺候了，我真无奈！”

“要是给我换个搭档，事情早就成了！”

“全世界都在闹金融危机，怎么能怪我呢？”

……

寻找原因｜为什么你总是抱怨9

这些都是失败者的声音。表面看来，他们似乎很有道理，借口背后却隐藏着他们对困难的妥协和对生活的迷惘。很多人甚至会在事情开始之前就为日后的失败准备下借口或理由，以免到时候自己受不了打击。应该承认，这是一种不错的养心术，但是由此造成的消极影响和严重后果，却是所有人都不愿意接受的。

因此比尔·盖茨说，一个善于为失败准备借口的人，无论怎么掩饰，都是一个不折不扣的懦夫！翻开历史，看看身边，哪个成功人士没有经历过失败？重要的是面对失败，你还有没有从头再来的勇气。人生如梦，成功则是一个不断失败而最终胜利的游戏，与其怨天尤人，哭天抢地，何不鼓起勇气，向命运回击？否则，成功将与你无缘，失败也失去了原有的意义。生而为人，同样是人，我们为什么不可以？没什么可抱怨的，也没什么可遗憾的，更不必为了失败而丧气！经历了寒冬的洗礼，必然是春回大地！

在英伦三岛，有人可能没有听说过莎士比亚，但他肯定听说过“霍布戴尔香肠”。10年前，霍布戴尔先生在曼彻斯特一所小学“工作”——负责看门、拖地板、擦黑板、整理桌椅等，报酬是每周5英镑，他的工作平凡而又充实。

可是后来，老校长退休，新校长约翰逊上任，为加强管理，他建立了新的考勤制度，要求每个教职工早晚都要在考勤簿上签名。大字不识的霍布戴尔不会签名，只好回家。

失业的霍布戴尔到处求职，但是有谁需要一个不识字的人呢？多次碰壁之后，他想，也许我应该找一份不需要识字的工作。正巧，隔壁卖香肠的琼斯太太去世了，家人工作太忙，准备转让香肠店。霍布戴尔便用自己打工攒下的积蓄，盘下了香肠店，由于他服务热情、童叟无欺，香肠店的生意越做越好。霍布戴尔抓住时机，大做广告，广开分店。

最“疯狂”的时候，霍布戴尔请来了电影公司，将自己的事迹拍成了电影——《一种香肠的诞生》，在英国各家电影院轮回放映，并雇用飞机在空中做广告。很快，“霍布戴尔香肠”就誉满大不列颠，同时也引起了媒体的关注，一位记者在采访时问他：“霍布戴尔先生，您没有受过教育，但是您获得了成功。您设想一下，如果您会读和写，您将干什么呢?”

“或许还在那所小学校当看门人，一个星期收入5英镑。”霍布戴尔笑着回答。

霍布戴尔用自己的亲身经历告诉世人：生活真的很公平，它可以让人意志消沉，也可以让人百炼成钢，关键就看你是怎样的一个人。命运也真的很公平，在关闭一扇命运之门时，上苍必定会为我们留一扇希望之窗。与其死守着那扇紧闭的大门怨天尤人，何不转过身来，尽快找到属于自己的那扇窗呢?

另一方面，霍布戴尔的事迹告诉我们这样一个道理——生存没有绝境，走出门去，外面就是一片蓝天。只是有时候，潜力和成功是被逼出来的。所以，遭遇困难和挫折时，我们不应该一味地怨天尤人，因为等待你的，可能是一片更宽广的天地。其中的关键，就在于我们肯不肯“逼迫”自己。学历不等于能力，知识也不见得绝对改变命运，只有百折不挠、自强不息，才有可能走向成功，创造奇迹。

就像哲人所说的那样——你只能成为你头脑中的你。要想赚大钱，创大业，做大事，必须敢想敢为，百折不回。古人说：世上无难事，只怕有心人！身边的成功人士则用他们的实际行动告诉我们：成功并不难，就怕你没有成功的信念。只有树雄心、立壮志，有了崇高的目标，就会产生进取心，才能干出一番轰轰烈烈的事业。想都不敢想，做都不肯做，难道天上真的会掉馅饼吗?

反之，失败则根源于那些不自觉地让自己产生失败意念的人身上。不穷不富，一日三餐，稍有存款，时有欠债，无疑是大部分人的“正常”生活写照。这是为什么呢？很大原因就在于人们穷惯了，也失

败惯了，往往自我设限，把自己定义为穷人或失败者，过于安贫乐道。事实证明，一个人老认为自己是失败者，就不会有追求成功的意识和行动。受此影响，他们只能做失败者，一如下面这个故事中的老人。

寻找原因｜为什么你总是抱怨10

有一位老人退休后觉得很不适应，就在家门口摆了一个烤香肠的摊子。虽然摊子很小，但由于他家恰好处在热闹的街口，因此每天都能收入一二百元。

老人有个儿子，在大学学的是历史和经济，可谓博古通今，人送外号“无所不知先生”。

暑假回家时，儿子看到老爸的摊子上挂着大批的香肠，非常吃惊：“老爸，难道你没听说现在金融危机很严重吗？你批发这么多香肠，不怕卖不完坏掉？”

老人没上过学，老实巴交了一辈子，觉得儿子到底是念过书的人，眼光和见识就是不一样。于是从第二天开始，逐渐减少了进货量。卖香肠的时候，由于反复想着儿子说过经济不景气的话，也不愿意吆喝了，烤香肠时也不那么用心了。

就这样，随着老人自身的改变，来摊子上吃香肠的人逐渐少了，老人不得不一次又一次地减少进货量。到后来，来吃香肠的人越来越少，这个小本生意渐渐地入不敷出了。老人感慨地说：“唉！上学真是有用处啊！这金融危机真是越来越严重了！”

“态度决定一切”，天道必定酬勤！然而生活中，又有几人能懂？更多的时候，人们是在攀比、抱怨、懊恼、失意……而一味地为自己叫屈，整日牢骚满腹，只会让我们在怨天尤人中自惭形秽，从而自绝于成功。

所以，不要再抱怨世事浮沉、人生无常，也许那恰恰是我们的机会；更不要在失败中沉沦，自己把自己打败。请坚信——只要心中充满阳光，鲜花终究会开满生活的大地。成功，必定属于那些从不抱怨、永不认输的人。

走出虚荣的死胡同

客观地说，虚荣心并非一无是处，它是一种追求表面上的荣耀或光彩的心理，或者说是人们对表扬或赞美的渴求。我们经常说某人爱慕虚荣，不过是说他很看重表面的东西，而不注重内在的修养。这种心理可以在一定程度上激发我们的心灵力量，促使我们去达到预期目的。

但是，如果一个人的虚荣心过度泛滥，甚至达到某种变态的程度，这个人便会形成不务实的浮夸思想，轻则得不偿失，重则身败名裂，当然也少不了对他人、对社会、对老天的抱怨。所以，我们应该把握住虚荣的尺度，否则走进了虚荣的死胡同，可就很难掉头了。

可以肯定，这个世界上每个人多多少少都会有点爱慕虚荣的心理，男人注重面子、名誉、地位、票子、车子，女人则注重衣着、容貌、老公、房子、孩子，即使是我们一度认为天真纯洁的孩子们，也未能幸免于虚荣心的俘虏，让我们看看下面这个发人深省的小故事吧：

寻找原因｜为什么你总是抱怨11

2007年年底，山东《新商报》、《长河晨刊》等多家媒体披露，家住山东德州某社区的7岁小男孩肖辉（化名），在某小学上一年级，虚荣心极强。肖辉的母亲告诉记者："我每次送孩子上学，刚到学校大门口外面的小拐角时，他就不让我进去了，生怕同学老师看见我。后来他二姑一来我们家，他就黏住他二姑，一会儿给洗苹果，一会儿又给扒香蕉，还把自己的玩具拿给他二姑玩。看得出，他是在千方百计地讨好他二姑，因为他希望他二姑能够开车送他上学。"

"后来，他二姑就开车送了他一次。谁知那次以后，他就再也不许我和他爸爸接送了，还跟同学们介绍说送他的'姑姑'是自己的'妈妈'，以前来送自己的'妈妈'，不过是家里雇来的'保姆'！"

"说起来，这也不怪孩子，他的同学家里七成都有私家车。我们实在是太穷了。"最后，肖辉的母亲颇有些自惭形秽地说。

问题出在哪里？《新商报》的记者一语道破——正是家长们在面对孩子时不自然地表现出来的由于没有优越条件而自惭形秽的畸形虚荣心理，才使我们的孩子受了虚荣心的传染，变得一个比一个市侩。古有"认贼作父"，今有"认姑作母"，但这又怎么能怪我们的孩子呢？

不难看出，当今社会普遍存在的虚荣心其实是世人对名和利的过分追求。虽然它貌似注重荣誉感，实际上却是对道德荣誉的背叛。好在物欲横流的社会中，总有人能不为所动。在他们身上，我们或许可以找到早已迷失的自我。

法国电影明星洛依德开着一辆法拉利跑车进入了一家检修站，一个女工接待了他。

这是一个年轻的女孩子，她的美貌让洛依德心猿意马，她灵巧的双手更让人一看就知道她不是普通的花瓶女。唯一让他不太满意的是——整个巴黎都知道他——大名鼎鼎的影帝，这个女孩子却没有丝毫的惊讶和兴奋。

“您喜欢看电影吗?”洛依德试探着问她。

“当然喜欢，我是个影迷。”女工手脚麻利，很快检修完毕：“您可以开走了，先生。”

“小姐，您可以陪我兜兜风吗？”洛依德恋恋不舍。

“不！我还有工作。”对方居然拒绝了他。

“这同样是您的工作。”洛依德可是个情场高手，怎能轻易放弃？他笑笑说：“您修的车，最好亲自检查一下。”

“好吧，是您开还是我开?”女工同意了。

“当然我开，是我邀请您的嘛。”洛依德一边坐到驾驶座上，一边回答。

车子行驶得很好。

“看来没什么问题，您送我回去吧。”女工说道。

“怎么，您不想再陪陪我了？我再问一遍，您喜欢看电影吗?”

“我回答过了，喜欢，而且是个影迷。”

“既然您喜欢看电影，那您知道我是谁吗？”

“当然知道，您一来我就认出您是当代影帝阿列克斯·洛依德。”女工平静地回答。

“既然如此，您为何对我这么冷淡?”

寻找原因｜为什么你总是抱怨12

“不！您错了，我没有对您冷淡。我只是没有像别的女孩子那样狂热。您有您的成就，我有我的工作。您来修车是我的顾客，如果您不再是明星了，再来修车，我照样会接待您。人与人之间，不就应该这样吗?”

洛依德沉默了。在这个普通的女工面前，他感觉到自己是多么浅薄和狂妄。

“小姐，谢谢你！您让我意识到，我应该认真反省一下自己了。现在让我送您回去，下次修车我还会找您。”

后来，这位女工成为了洛依德的妻子。

人生在世，谁不希望活得更体面些？谁不希望受人尊重？可是一旦把握不住其中的尺度，心态就会出轨，欲望就会泛滥，结果要么是对自卑的安慰，要么是对自尊的亵渎，最终总是逃不脱抱怨和被抱怨的宿命。

所以，任何人都应该放平自己的心态，认识到“天生我才必有用”，每个人都有自己的人生价值。无论是天皇巨星，还是平凡百姓，你就是你，既不要为自己有所专长而自命不凡，也不要为自己暂时失意而灰心丧气。只有不攀比、不崇拜、不抱怨、不沽名钓誉，我们才能脚踏实地地积极进取，拥有自己真实的高度，成就一个真实的自己。

放弃抱怨｜别让阴影困扰你1

我们之所以抱怨，就在于我们认为抱怨能为我们带来某些好处，比如他人的同情、认可或者可怜的优越感等，然而就像哲人说的那样，“抱怨是无能的表现”，抱怨非但解决不了任何问题，相反还会为我们带来一连串的负面影响。到头来，抱怨者反倒成了抱怨最大的受害者。所以，及早放弃抱怨吧，否则痛苦的阴影将永远困扰着你。

抱怨不能解决任何问题

西方有一句古老的谚语：“如果说不出别人的好话，不如什么都别说。”很明显，先哲们是在告诫世人为人处世时要学会尊重和赞美，至少也应做到慎言慎行。可惜的是，这句话没有引起世人足够的重视。尤其是在崇尚言论自由的当今社会，几乎所有的机构、大小组织，到处都是吹毛求疵、流言蜚语和永不止息的抱怨。

工作不好，抱怨；上司不好，抱怨；下属不好，抱怨；经济不景气，抱怨；生活环境不好，抱怨……可以说，只要有人的地方就有抱怨，这个世界的方方面面，无不处在人们抱怨的唇枪舌剑之下。然而事实却是，抱怨根本解决不了任何问题。不信试问，天下虽大，谁又能靠抱怨成为成功人士？

相反，抱怨反而会把问题带向更加复杂的一面，给我们带来诸多严重影响。

首先，抱怨会破坏我们原本积极的潜意识。曾经抱怨过的朋友都知道，只要我们的头脑中一有抱怨的意识，我们立即就会停下或者放慢手中的工作，为自己鸣不平、拉选票，甚至不顾一切得找到对方讨个公道。如果得不到他们想要的结果，不是大骂世事不公，就是哀叹老天无眼。久而久之，不仅直接影响工作和生活，还会影响心情和心态。而真正的勇者，他们从不抱怨，他们总是能冷静地看待世界，审视自己，最终成就自己。

放弃抱怨｜别让阴影困扰你2

今年刚满30岁的苏珊是美国一家化妆品公司的创办人。小时候，她和奶奶一起生活在乡下。奶奶开了一个小杂货店，为人慈祥又和气，邻居们都喜欢和她聊天。每当那些喜欢抱怨、爱发牢骚的邻居到商店买东西时，奶奶总是会把苏珊拉到身边，让她看自己和邻居说话。

有一次，邻居爱普生前来买香烟。奶奶问他："今天怎么样啊，爱普生老兄？"

爱普生长叹一声说道："唉，今天不怎么样啊，哈德森大姐。你看看，这天气这么热，气死人了。这种鬼天气，真要命啊！"

奶奶一边给他拿香烟，一边附和着说："是啊，是啊！嗯，嗯……"一直抱怨了十多分钟，爱普生才离开了小店。

又有一次，邻居汤姆一进店门就向奶奶抱怨道："哈德森大姐，真是气死我了！我再也不想干犁地这活儿了！尘土飞扬不说，驴子还不听使唤。我真是干够了！你看看我的腿、脚，还有手、眼睛、鼻子，到处都是尘土，我真是干够了！"

奶奶仍然是那副老样子，一边给他拿东西，一边附和着说："是啊，是啊！嗯，嗯……"

等汤姆发完了牢骚离开小店，奶奶把苏珊拉到身前，问她："孩子，你听到这些喜欢抱怨的人说的话了吗？"苏珊点点头。奶奶接着说："孩子，在每个夜晚都会有一些人——不管是白人还是黑人，不管是富人还是穷人——酣然入睡但是再也不会醒来。那些与世长辞的人，睡觉时不会感到暖和的被窝已变成冰冷的灵柩，身上的羊毛毯已变成裹尸布，他们再也不能为天气热或驴子不听话而唠叨一分钟。孩子，你要记住：不要抱怨，因为抱怨不能解决任何问题。如果你对现状不满意，那你就设法去改变它。如果改变不了，那就改变你的心态去面对这些问题，但你一定不要去抱怨什么。"

长大后，苏珊牢记着奶奶的话，无论遭遇多大的挫折，她也从未抱怨过什么，最终靠自己的勤奋和智慧打拼出了一片天地，成了业界有名的女强人。

放弃抱怨｜别让阴影困扰你3

其实，我们与文中的爱普生和汤姆何其相似，相信大多数人都能在他们身上找到自己的影子。一件小事、一句无关紧要的话，甚至于天气不好，都能让我们陷入长时间的烦恼，沉浸于懊恼和悲伤中不能自拔。然而天气绝对不会因为你抱怨而转凉，驴子也不会因为你发牢骚而变得听话些。尤其是当你面对的是一个不会体谅别人、不会自省的人，情况会更加糟糕。但你一定要清楚，烦恼、抱怨、愤怒都没有用。即使你抱怨连天，它也不会为你失眠。唯一的办法就是学会改变。

其次，抱怨会破坏人际关系。没有人会喜欢一个消极、负面的人，更没有人愿意忍受你的牢骚和坏脾气。不满的情绪，必然会破坏内心的平静，进而影响工作和整个团队，接下来势必会带来更多的被抱怨和相互抱怨，甚至成为致祸的根源。俗话说："病从口入，祸从口出"，古往今来，因为不能管住自己的嘴巴，导致身败名裂甚至为此丢掉性命的人数不胜数。当今社会我们虽然不可能因为抱怨几声就掉了脑袋，但是因为抱怨丢掉工作、丢掉人脉甚至招致无妄之灾的例子却比比皆是。与其如此，我们又何必非得抱怨呢？毕竟，抱怨不是我们的目的，只是一种最最拙劣的手段。

抱怨的最大受害者是自己

有位哲人说："这个世界上最多的'东西'不外乎两种：穷人和抱怨，而且两者之间存在着鸡和蛋的关系——贫穷（抱怨）孕育了抱怨（贫穷），抱怨（贫穷）又孵化了贫穷（抱怨）。人们越穷越抱怨，人们越抱怨越穷。"这句话虽然有失偏颇，但也有一定的道理：我们之所以抱怨，就在于我们认为抱怨能为我们带来某些好处，比如同情、认可和优越感。但就像哲人说的那样，事实上我们不仅"越抱怨越穷"，还会由于抱怨招致一连串的麻烦。到头来，我们反倒成了抱怨的最大受害者。

先说说抱怨与同情。生活中，有相当一部分人有过抱怨自己的身体不舒服的经历，但是这些人却并非真的生病，而是因为他们知道“病人”的角色能让他们获得附带的好处。抱怨可以赢得同情，但是这里有一个度的问题，如果你认定抱怨一定会赢得他人的同情，无疑是大错特错。最典型的例子就是鲁迅先生笔下的祥林嫂。

祥林嫂一生坎坷，两任丈夫都因病去世，儿子也惨死狼口，为了排解心中的痛苦，她逢人便讲儿子的死和自己的悲惨遭遇，逐渐被乡里人所厌恶，甚至远远地见到她便躲开。再后来，连东家鲁四老爷也厌恶她，先是不让她插手祭祀，后来一怒之下将她赶出鲁家。流落街头的祥林嫂，很快便结束了她贫穷、艰难的一生。

虽然我们并不能据此说是抱怨害死了祥林嫂，毕竟真正造成这一悲剧的是万恶的封建制度，但是我们至少可以从侧面看出，一味地抱怨非但换不来同情，反而会招人反感。而且同样是祥林嫂，在她没有抱怨以前，她是颇受鲁家和众人喜欢的。可见，还是及早放弃抱怨为妙。

接下来再说说抱怨与认可的关系。

一位招聘经理曾经说过这样一段话：“每次面试，我都会问应聘者‘你为什么离开上一家公司’，之所以问这个问题，是想正面了解他对以前自己所在公司的评价，如果他说他以前的公司多么多么不好，有这样那样的问题，那么不管这个人有多么优秀，我也不会录用他。因为我相信，那些整天喜欢抱怨的人，肯定一事无成！”

放弃抱怨｜别让阴影困扰你4

当然了，企业中的抱怨者远远不止那些已经离开的人。当公司利益与个人利益发生冲突时，各种“声音”立即会从各个角落传来！有的人虽然口头不说，但他们会立即用行动来发泄自己的不满，比如偷奸耍滑、钻空子等，反正绝不会任劳任怨。这样一来，工作必然是一塌糊涂，抱怨和被抱怨自然在所难免。这样的人，往往也会很快出现在其他公司的招聘经理面前。

所以，试图通过抱怨别人或抱怨环境以期得到他人的认可，其实是最不明智的做法。也许有的环境确实不太适合你，但是与其抱怨，你还不如选择离开；当你选择留在这里的时候，就应该为它而努力。唯有高度的敬业和忠诚，才有可能改变环境和他人对你的看法，实现企业和个人的双赢。否则，即便是自己创业，这种恶习也会给你带来各种不利影响，甚至直接从根本上导致你与成功无缘。

还有一种人的抱怨动机，源自于他们认为抱怨对方可以使自己显得更为优秀。我们常说的“贬低别人等于变相地抬高自己”，说的就是这个道理。然而我们同样知道，人不是“抬”高的，无论你把对方贬得有多低，你仍然是你，跟他有多高多低，甚至跟有没有他，都没有必然的联系。更何况当我们在抱怨别人的某些缺点时，就是在暗示我们自己没有这一缺点，但就能据此认为我们就比对方优秀吗？显然不能，或许我们真的没有这一缺点，但人无完人，我们甚至有更致命或者更不堪入目的缺点。所以说，这种抱怨的背后不是为了掩饰什么，就是自夸或吹牛，而这样的人，通常都是一些没有安全感、不能明确自我价值的人。他们的抱怨，无形中向人们传递出了“自己是受害者”的信息，而这样一来，往往会招致更多的加害者，随之而来的，自然是更多的怨天尤人。

也许有人会问，我用抱怨来惩罚那些伤害我的人，把他搞臭，这总可以了吧？仍然不行。抛开那些人在不在乎不说，须知“盗亦有

道”，从一开始你就走偏了，与其用抱怨让彼此两败俱伤，我们为何不通过正当的途径去解决问题、达到目的呢？而且那样的话，我们与小人何异？或许导致我们被人伤害的原因就在我们自己身上。

综上所述，抱怨的本质源自于人们想通过抱怨得到什么，但无论从哪一方面来说，抱怨都会让你得不偿失，后悔不迭。所以，聪明的你应该考虑用其他途径去实现自己的目标，而抱怨，只会让你成为最大的受害者。

抱怨会使你失去正常的理智

理，即理性，是逻辑化的主见；智，即智慧，是机智行事的方法。它既是一种明智，也是一种胸怀。一个人有主见、有方法、有胸怀，无疑会比一般人生活得更快乐，也更容易接近成功。而抱怨，则会让人丢失正常的理智，最后毁于自己的情绪化。

20世纪60年代，考古学家们在意大利卡塔尼山发现了一块墓碑，碑文大意如下：

有一个名叫托比的人，来叙拉古城游学，经过卡塔尼山时，看到山上有一只老虎。进城后，托比便对人们说，山上有一只老虎，上山时要小心。可是没有人相信他，因为这里从来没有发现过老虎。托比一再坚持，并向人们描绘老虎的样子如何凶猛。但是任凭他费尽口舌，人们仍然不相信。最后托比说：“既然你们不信，那么我带你们去看看。”

当时柏拉图和他的几个学生也在叙拉古城，师徒一行人和托比一起上了山，但是一连几日，始终没有发现老虎的踪迹。面对人们怀疑的眼光，托比一边抱怨人们不信任他，一边对天发誓说，当天他确实见到了老虎。人们却说：“当时你的眼睛被魔鬼蒙住了。如果你再坚持说见到了老虎，人们就会说叙拉古城来了一个撒谎的人。”

托比非常生气，他说：“我从来没有撒过谎！我真的见到了一只老虎。”为了证明自己的诚实，托比逢人便说他没有撒谎，并抱怨那些不相信他的人。到最后，人们见到他就躲，甚至认为他是个疯子。

这实在让托比无法忍受。他买来一杆猎叉，独自上山寻虎。他发誓，一定要找到老虎，把它打死，拖回来让人们看看。

放弃抱怨｜别让阴影困扰你5

结果托比一去就再也没有回来。几天后，人们在山中发现了一堆破碎的衣服和一只脚。法官验证后说，托比是被一只重量为500磅左右的老虎吃掉的。

托比没有撒谎，也不是疯子。可是，用死来证明这一切，未免代价太高。证明自己是大多数人自然的愿望，然而世上许多不幸，都发生在人们急于向别人证明的过程之中。其原因就在于人们太在乎世俗的眼光，而抱怨则会让人走入极端。

其实，“证明自己”本身并没有错误，但是实际上很多人不过是在挣扎着想“证明自己给别人看”。殊不知，这本身就是一种庸人自扰的想法。

如果你是出色的，即使你不去证明，别人也会看到；如果你是平庸的，无论你怎么证明，你也无法蒙蔽群众雪亮的眼睛。更何况如果你是出色的，却仍然刻意地去证明自己，可能就会招致没必要的麻烦，比如引来小人的嫉妒；如果你是平庸的，却费尽心思地试图证明自己并不平庸，那么别人看到的只会是一个跳梁小丑。就像西方那句著名的谚语所说的——所有的傻瓜都是自证的。

所以，那些真正出色的人，是不会刻意去证明什么的，更不会因此走入极端。即使是在利益受损、人格受辱的情况下，他们也从不抱怨，从不执著于证明什么。但这并不代表他们不会保护自己、不会反击。他们的理，是最坚固的盾；他们的智，则是最锋利的矛。

有一段时间，驰名法国的瓦利也杰剧院由于剧目质量较差，上座率不断下降。剧院经理非常着急，他找到著名作家大仲马，请他迅速赶写一个新剧本，争取提高上座率。剧院经理信誓旦旦地说，只要新剧本前26场演出能够卖到6万法郎，剧院保证付给大仲马1000法郎的高额稿酬。

大仲马夜以继日地写好了新剧本，并且取得了预期的良好效果。剧院经理看着滚滚而来的钞票，不由得心花怒放。

剧本演出到第26场时，大仲马来到剧场经理办公室，准备领取1000法郎的稿酬。

“尊敬的大仲马先生，非常抱歉，我不能付给您报酬了，因为26场演出，我们只卖了59999法郎。要不，我给您100法郎吧！”经理毫无诚意地说。

“真的吗？”大仲马平静地问道。

“我以上帝的名义起誓！”经理故作庄重。

“好吧。”大仲马微笑着点点头，然后走出了办公室，身后传来经理的开怀大笑声。不过一会儿时间，大仲马再次走进了经理办公室。

“尊敬的大仲马先生，您是来拿100法郎的吧？”经理促狭地笑着，然后从抽屉里拿出一小叠钞票，递到大仲马面前。

“不！我是来拿1000法郎的！”大仲马扬了扬自己的右手——他的手中是一张3法郎的门票！原来，大仲马刚才直接找到售票处，买了一张戏票。

“无赖的经理先生，这张戏票3法郎，加上您刚才说的59999法郎，已经超过了6万法郎！”

无可奈何的经理只好打开钱箱，如数把钱付给大仲马。

放弃抱怨｜别让阴影困扰你6

试想一下，如果大仲马执著于抱怨，或是执著于证明剧院经理在撒谎，甚至怒不可遏地教训对方一番，他能够顺利地拿到稿酬吗？恐怕还要负法律责任吧！所以，即使是对付那些言而无信、违背规则的人，我们也应该放下愤怒和冲动，冷静下来，然后运用自己的智慧，想办法让对方乖乖就范。

总之，无论是为了证明自己，还是为了解决问题，一味地抱怨只会让你失去正常的理智。如果不希望事情继续恶化，就必须放弃抱怨，用实力证明自己，用理智解决问题。要永远记住一点，我们的最终目标是解决问题，而不是发泄情绪。

抱怨将偷走你应有的激情

说到激情，很多人立即会联想到那些激情澎湃的艺术家，或者那些坠入爱河不能自拔的恋人们。其实，激情更广泛地存在于那些成功者身上。就像某著名企业家所说的那样："激情是一种可以融化一切的力量，是一种不断鞭策和激励我们向前奋进的动力。一个人没有能力、经验和资金都不可怕，我们可以去学习、奋斗、寻找和积累；而没有了激情，就将一事无成。"可见，激情是造就所有伟大成就的必备要素。

但是拥有激情就一定能够成功吗？一个无可回避的现实就是很多人并不缺乏激情，但是很多人却无缘成功。原因出在哪里？抛开天灾人祸等不可抗因素不谈，最主要的原因就是激情不够，也即人们通常说的"三分钟热度"。那么又是什么力量在成功沸腾之前撤去了你的激情之心呢？

生活中，我们经常可以听到这样的抱怨：

工作乏味，没劲；

工作环境不好，压力太大；

报酬太低，没有前途；

上司脾气不好，同事关系难处，下属桀骜不驯；
老板任人唯亲、打击报复，光知道让人干活不知道给钱……
与此同时，还会听到这样的议论：
激情？不就是三分钟的热情吗？可以，明天就激情！
这样的工作值得我付出激情吗？
这样的老板、这样的报酬，凭什么要我有激情？
要我有激情？重赏之下才有激情！你重赏了吗？
我才不管呢！那是管理者的事情……

放弃抱怨｜别让阴影困扰你7

接下来，我们就看到了这样的现象：

同一起点的人，几年之后境遇却大相径庭，有的变得游戏人生、玩世不恭，“做一天和尚撞一天钟”，甚至连生存都成了问题；有的人却在职场崭露头角，频频晋升，甚至开创了自己的事业，前途一片光明。

毫无疑问，是抱怨偷走了你应有的激情，让你远离了成功。都说岁月如刀，刀刀催人老，但是在慨叹青春流逝而与成功无缘的同时，你是否曾经想过，与其伤逝那些永远都无法挽回的记忆，与其留恋那些已经逝去的本该充满热情、激情似火的年代，我们是不是更应该面对现实，及早拿出我们的激情呢？难道我们还有理由再浪费这仅剩的一点资本吗？

所以，赶紧放弃抱怨、从麻木不仁中奋起吧，赶紧重燃激情之火去点亮你的未来吧！有了它，你将精神抖擞、充满活力，任何磨难、任何打击、任何人都不能阻挡你。美国著名棒球运动员杰克·沃特曼，就是凭借着激情创造了一个又一个奇迹。

有一次，面对一位记者的提问，杰克这样回答道：“刚刚退伍我便加入了职业棒球队，但是不久我遭到了有生以来最大的打击——我被开除了。球队经理说我的动作无力，要我走人，他说:‘你一天到晚慢吞吞的，一点都不像在球场上混了20多年。杰克，离开这里之后，无论你到哪里，做任何事，如果不提起精神来，你永远不会有出路。’”

“我牢记着他的话。离开时我的月薪是175美元，离开后我加入了亚特兰大队，月薪降到了25美元，薪水这么少，我做起事来当然没有激情，但我告诫自己，一定要努力。大约10天以后，一位老队员把我介绍到了得克萨斯队。在抵达球队的第一天，我的人生开始了重大的转变——我想成为得克萨斯最具激情的球员，并且我做到了。”

“我一上场，就好像全身带电一样。我强力地击出高球，令对方双手都麻木了。当时气温高达华氏100度，我在球场上跑来跑去，极有可能中暑。但是我的球技却出乎意料的好，而且由于我的激情，队友们也都兴奋起来。”

“第二天早晨，我读到了当地的报纸，报道让我非常兴奋，报纸上说:‘那位新加入的球员，无疑是一个霹雳球手，全队的其他人都受了他的影响，充满了活力，他们不但赢了，而且是本赛季最精彩的一场比赛。’”

“也由于我的激情，我的月薪一下子由25美元提高到185美元，在后来的2年时间里，我一直担任三垒手，薪水加到了750美元之多。你问我这是为什么？就是因为一股激情，没有任何别的原因。”

其实，用激情创造奇迹的又岂止杰克·沃特曼一人，历史上许多巨变和奇迹，不论是社会、经济、哲学或是艺术，都是因为参与者100%的激情才得以进行，得以实现，得以成功。拿破仑之所以被称为巨人，就在于他发动一场战役只需要两周的准备时间，换成别人则需要一年。之所以会有这么大的差别，正是因为他对在战场取胜拥有无与伦比的激情。乔·吉拉德之所以能成为最伟大的推销员，就在于他把激情融入了工作，融入了每一天。

所以，从现在开始，对你的工作或事业倾注全部热情吧！拿出100%的激情来对待它，它必然会100%地回报你。那时你会发现：原来谁都可以充满激情，原来谁都可以拥抱成功！

放弃抱怨｜别让阴影困扰你8

抱怨会让你忽略身边的幸福

佛经中有这样一个故事：

有一天，佛陀外出云游，路上遇见一位诗人。诗人年轻、有才华、富有、英俊，而且拥有娇妻爱子，但他总觉得自己不幸福，逢人便抱怨上天对自己不公。

佛陀问他："你不快乐吗？我可以帮你吗？"

诗人回答："我只缺一样东西，你能给我吗？"

"可以。"佛陀说："无论你要什么，我都可以给你。"

"是吗？"诗人盯着佛陀，一字一顿、满脸怀疑地说："我要幸福！"

佛陀想了想，自言自语道："我明白了。"

说完，佛陀施展佛法，把诗人原先拥有的一切全部拿走——毁去他的容貌、夺走他的财产、拿走他的才华，还夺走了他的妻子和孩子的生命。做完之后，佛陀立即离去。

一月后，佛陀再次来到诗人身边。此时的诗人，已经饿得半死，躺在地上呻吟。佛陀再施佛法，把一切又还给了诗人，然后悄然离去。

半个月后，佛陀再次去看诗人。这一次，诗人搂着妻儿，不停地向佛陀道谢。因为，他已经体会到了什么是幸福。

生活中，我们不正像那位诗人一样吗？——对自己身边的幸福视而不见，却苦苦寻觅所谓的幸福与快乐。其实生活就是这样，它在无形中就已经给了我们必须的东西，是追逐的目光和抱怨的心理使我们不懂驻足欣赏我们已经拥有的幸福。当一切失去时，才蓦然发现它的珍贵。

艺术大师罗丹说过："生活中并不缺少美，只是缺少发现美的眼睛。"处在当今社会的物欲横流中，每个人的脚步都变得越来越忙碌，

很多人的眼光都变得越来越势利，人们忙着追求，忙着索取，直至失却了沉静的本能，成为物质的奴隶。人们最常说的一句话就是：“钱不是万能的，没有钱却是万万不能的。”诚然，物质是生活的必需，但是不要忘了，用心感受快乐和幸福，这并不会影响你的追求。

放弃抱怨｜别让阴影困扰你9

美国西雅图有个很特殊的鱼市，很多顾客和游客都认为到那里买鱼是一种享受。原因就在于，那里的鱼贩们虽然整日被鱼腥包围，但他们总是面带笑容，而且他们工作时可以和马戏团演员相媲美，个个身手不凡。他们就像合作无间的棒球队员，让冰冻的鱼像棒球一样，在空中飞来飞去，并且互相唱和："啊，5条带鱼飞到明尼苏达州去了。""明尼苏达州收到，请再来一批。"

这种工作气氛还影响了附近的居民，他们经常到这儿来和鱼贩用餐，感受他们的好心情。后来甚至有不少没办法提升工作士气的企业主管专程跑到这里来取经。

有一次，一位记者专程来采访他们，记者问道："你们在这种充满鱼腥味的地方做苦工，为什么心情还这么愉快？"

一个鱼贩回答："几年前，这个鱼市场也是一个没有生气的地方，大家整天抱怨。后来大家认为，与其每天抱怨沉重的工作，还不如改变工作的品质。于是我们不再抱怨生活的本身，而是把卖鱼当成一种艺术。就这样，我们变得越来越快乐，这里成了鱼市场中的奇迹。"

"实际上，并不是生活亏待了我们，而是我们期求太高，以至忽略了生活本身。"另一位鱼贩补充道。

也许有人会说，有谁愿意抱怨啊？你是不了解我的痛苦！确实，生命的苦旅中有无数艰难险阻，甚至让人难以承受。但是抱怨又能怎样呢？而且当你看完了下面的故事，相信大多数人都会明白，我们甚至没有抱怨的资格！

2004年5月的一个晚上，在12000余名听众雷鸣般的掌声中，一位"半身人"用双掌撑地，一步步地走上了青岛天泰体育场的主席台。

这个半身人来自澳大利亚，名叫约翰·库缇斯，天生没有下肢，但是他却用双掌走遍了世界上190多个国家和地区，被誉为"世界上最著

名的残疾人演讲大师”。此外，他还是全大洋洲的残疾人网球赛的冠军，是游泳健将，甚至会用两只手开汽车。

“大家好！”打过招呼，库缇斯拿起了桌子上的矿泉水瓶子，边比划边说：“从一出生我就是个悲剧，当时我只有矿泉水瓶这么大，两腿畸形，医生断言我活不过当天，可我活到了现在，35岁的我依然健在，而且经常在世界各地旅行……”

库缇斯一口气讲了半个小时，其间，观众们的掌声几乎就没停过。最后，库缇斯突然举起手里的一件东西说：“我非常感谢青岛朋友的热情招待，我住的宾馆条件非常好，但有一样东西让我不知所措，服务生却每天都会把它放在我的床头。”说完，库缇斯把他说的东西扔向了听众席，原来是一双一次性拖鞋。

听众席一片肃静。

放弃抱怨｜别让阴影困扰你10

“如果你能穿拖鞋的话，你是幸运的，你是没资格抱怨的！不是每个人都能够穿拖鞋的！”库缇斯大声说。听众席上立即爆发出一连串的喝彩声，紧接着是长久的掌声。

哲人说：“苦海即是天堂，天堂也即苦海”。想想真是如此，有时候我们明明生活在天堂，却总是觉得自己苦不堪言；而我们意识当中的苦海，却有很多人生活得不亦乐乎。这一切，其实都源自于我们的心态是否平和，我们是否足够坚强。最后再问一句：和库缇斯相比，你有没有资格抱怨？如果没有，还是及早放弃抱怨，学会珍惜吧！只要抛开那些无谓的烦恼和杂念，学着去适应、去发现、去感受、去改变，你一定会摆脱抱怨的束缚，发掘到幸福快乐的真谛。

一时的冲动可能会毁掉你的一生

有人说，冲动是一切悲剧的根源。此话不假。生活中有很多原本老实本分的普通人，只因不能克制抱怨心理，结果把抱怨变成了冲动和报复，因为一些鸡毛蒜皮的小事毁掉了自己的一生，我们来看一个典型案例：

杨某与张某本是母子，母亲杨某改嫁后，跟随母亲生活的儿子张某总觉得母亲对继父的孩子更好，因此经常抱怨母亲，母子关系日益紧张。2007年2月13日，张某向母亲要钱买手机遭到拒绝后，一气之下将家里的“敌敌畏”农药投进了早饭中，其母、继父和继祖母吃过有毒的饭菜后很快昏迷。张某见状既害怕又后悔，赶紧拨打了急救电话，其母和继父很快脱离了危险，但继祖母却中毒身亡。20岁的张某因故意杀人罪被判处死刑。

相关调查显示，时至目前，这种由于一时冲动、怒火攻心而导致的犯罪案件已经远远超过了有预谋、有计划的犯罪案件数量。此类犯罪嫌疑人普遍存在着思想偏激、报复和嫉妒心强烈、爱抱怨甚至仇视

社会等共性。有时稍微受到外界刺激，他们便不能容忍，尤其是那些“曾经深爱”的人。

他们青梅竹马，他们两小无猜。他们郎才女貌，他们事业有成。他们在所有人的祝福声中走进结婚的殿堂，认识他们的人，无一不看好他们。但是仅仅两年，他们的幸福却过早地凋谢，并以悲剧收场。

原因非常老套：婚后一年多，他出差时遇到了一个比他小两岁的女孩。女孩温柔漂亮有气质，爱他潇洒大方又多金。时间一长，二人鬼使神差，欲罢不能。

放弃抱怨｜别让阴影困扰你11

世上没有不透风的墙。不久，她便知道了真相，而且偷偷跟踪过他。她生气，她后悔，但她不想失去他。一开始，她还能冷静下来，像书里和电影里说得那样，用智慧对付那个女孩，用温柔挽回他的心。然而他屡教不改，反倒有恃无恐。最后，她的理智变成了强烈的冲动，只要一见面，非吵即骂。有一次，他甚至出手打了她！看着他的眼神，她终于明白，他已经不再是那个温柔的他，也不再是那个曾经属于自己的他。

我得不到的东西，谁也别想得到！于是她假装大方地说："我累了，我决定退出这场辛苦的战役。与其三个人都痛苦，还不如我退出。虽然我不想退出，但我只能放手。祝你们幸福！"

一番话说得他甚至有了和她破镜重圆的冲动，感动之余，他答应了她的请求，见一见那个女孩，让自己明白自己输在了哪儿。

女孩来了，三个人的晚餐在一家很高档的酒店里进行。"果然很漂亮，可惜啊！"这样想着，她把偷带进来的浓硫酸泼向了女孩的脸……

也许你确实是一个受害者，但己所不欲，我们又何必一定要把伤害加诸他人呢？也许他曾经真的爱过你，也许你一辈子都忘不了他。但时过境迁，请不要在不恰当的时候再傻傻地追问：你不是说要和我一生一世吗？更不要像她那样做出类似的傻事，伤害了别人，也毁灭了自己。

然而事实上，面对失意，尤其是遭受侮辱和伤害时，很少有人能够保持冷静。在2006年的世界杯决赛赛场上，冲动的惩罚再一次上演：法国队的灵魂齐达内因为用"头球"将"挑衅者"马特拉齐一头撞倒，被裁判红牌罚下。如果没有那犹如魔鬼附体般地冲动一撞，也许法国人的谢幕会更加完美。然而他选择了简单粗暴的方式，这无论是对齐达内本人，还是对千万球迷而言，都是一个永远无法弥补的缺憾。

所以，遭遇类似情况时，我们要学会冷静，克制住冲动，其前提便是不抱怨、宽容和必要的处世技巧。很多时候，很多人都在抱怨周围的人太不讲理，缺乏道德，其实奢求交往对象都是品德高尚的人，本身就不切实际。与人相处，想要避免类似的麻烦，最重要的是我们自己是否善于自持，是否善于与周围的人相处。下面的小故事，也许能为你提供些许借鉴意义：

放弃抱怨｜别让阴影困扰你12

古印度有一个叫爱地巴的人，每次和人争执、生气时，他都会以很快的速度跑回家去，绕着自己的房子和土地跑三圈，然后坐在地上喘气。

几十年光阴弹指而过，逐渐年迈的爱地巴变成了附近最富有的人。即便如此，与人争论、生气的时候，他仍然还是老样子——绕着房子和土地跑三圈。

“为什么爱地巴生气的时候要绕着房子和土地跑三圈呢?”人们非常困惑。但是无论怎么问，爱地巴从不开口。

直到有一天，爱地巴很老了，他的房子和土地也已经非常广大了。这天，他又生了气，他拄着拐杖艰难地绕着土地和房子转，整整用了一天的时间，他才走完三圈，然后坐在田边喘粗气。

一直跟着他转圈的孙子恳求说：“爷爷!为了您的身体，您不能再像从前一样，一生气就绕着土地跑了。还有，您能不能告诉我您一生气就绕着土地跑三圈的原因?”

这一次，爱地巴说出了隐藏多年的秘密，他说：“年轻的时候，我一和人吵架、争论、生气，就绕着房子和土地跑三圈，一边跑一边想，自己的房子这么小，土地这么少，哪有闲心和人生气呢?一想到这里，气就消了，接着努力工作。”

孙子又问：“爷爷，你现在是这里最富有的人，为什么还要绕着房子和土地跑呢?”

爱地巴说：“我现在还是会生气，生气时绕着房子和土地跑，一边跑一边想，自己的房子这么大，土地这么多，何必跟一个穷人计较呢？一想到这里，气也就消了。”

这个并不真实的故事，却告诉人们一个实实在在的道理：虽然“人在江湖，身不由己”，生活中总是不免摩擦和矛盾，但是每个人在选择冲动的同时，照样也可以选择忍耐或以退为进。我们的忍耐是他人无

法攻破的城堡，爱地巴靠它赢得了财富，也赶走了怒火和烦恼。我们也应该做一个冷静的忍者，放下抱怨、怒火和冲动，即使不能用宽容赢得一个宽松的环境，但是至少可以把我们的精力用在真正需要的地方。而抱怨、生气、争执、愤怒和冲动，不仅是无能的表现，而且会让事情越变越糟，甚至毁掉你的一生。

准确定位｜不要羡慕高处的苹果1

不想当将军的士兵不是好士兵！拿破仑的这句名言固然成就了许多人，但同时它也误导了许多人。没有人不渴望成功，没有人不想“更上一层楼”，面对满树的红苹果，没有人不想跃跃欲试，没有人不想把它们一一收入囊中。但是谁都无法否认，成功并不具备普遍性。更多的时候，人们常把远大理想和欲望膨胀混为一谈。随之而来的，自然是或抱怨、或抑郁、或失常、或崩溃……所以哲人告诉我们：只摘够得着的苹果，不要羡慕高处的苹果。

一定要选择正确的目标

所谓目标，就是我们所期望的成果。很多人终其一生都在埋头苦干，但成功与否并不在于你有多么宏伟的蓝图，而在于你是否选择了正确的目标。目标错了，你的人生无异于南辕北辙，你的青春和汗水只能被浪费。这样的人，自然少不了懊恼和抱怨。

那么什么样的目标才是正确的目标呢？简单来说就是适合自己的目标。

有一个美国小女孩，从3岁时便开始接受音乐教育，4岁时她已掌握了一些简单的钢琴曲。16岁那年，她考入了丹佛大学音乐学院，梦想成为一名职业钢琴家。然而就在当年夏天，她却放弃了这一梦想。因为在著名的阿斯本音乐节上，她遇到了有生以来最残酷的竞争。一些刚刚11岁的孩子，只看一眼就能演奏她要练上一年才能弹好的曲子。一向颇为自负的她感觉到了自己的巨大差距，于是她鼓起勇气向父母解释说：“对不起，我改变主意了。我不再想成为一个钢琴家。”父母表示接受女儿的决定，而她自己的心中却像堵了一块巨石。

好在不久，她就发现了新的目标——“国际政治概况”课程，她的导师也认为她是这一领域难得的千里马，因此倾其所能地指导她，将她引向了国际关系和苏联政治学领域。19岁时，她便获得了政治学学士学位。26岁时，她获得博士学位，由于精通四门语言，她很快成为

了斯坦福大学的助教，专攻苏联军事事务。33岁时，她已经成为一名杰出的教授。1987年，在一次晚宴上，她简短而有特色的致辞引起了时任国家安全事务助理的布伦特·斯考克罗夫特的注意。从此她在政界青云直上，直至成为美国历史上第一位黑人女国务卿。她就是创造了黑人女性历史的康多莉扎·赖斯。

获得成功的道路有很多条，我们不能在死胡同里浪费时间和精力。赖斯，就是最好的例子。从一个备受歧视的黑人孩子成长为叱咤风云的政坛明星，这中间赖斯的努力大家有目共睹，但是她善于自省、勇于放弃、并重新选择的能力，无疑更值得我们深思：倘若当年她不能放弃自己的愿望，那么她今天至多也就是一个普通的钢琴家！所以，人生路上选择正确的目标才是首要关键。

著名经济学家张五常也有过类似的经历。

准确定位｜不要羡慕高处的苹果2

张五常小时候非常喜欢打乒乓球，自以为有这方面的天分。有一次，他碰到了一个小孩子，对方虽是初学，而且个子矮得只能踮着脚尖拍球，但是拍得啪啪直响。张五常便走上前去，教他打乒乓球。谁知这个小孩一教就会，不教的也会，不到两个月，张五常就发现自己已经不是他的对手，而且往往输得莫名其妙。由此，他意识到自己在打乒乓球方面并没有什么天分，转而投身其他领域，最终在经济研究方面取得了令人瞩目的成就。而那个小孩子，就是后来的世界冠军容国团。

后来，张五常离开香港去北美发展，临行前容国团教了他几手发球的绝活。第二年，他就在加拿大拿了个单打冠军。后来，他在美国加州大学与一位教授打赌：谁在乒乓球桌上赢了对方，谁的经济学水平也就更高一筹。结果，那位颇有把握的教授一连输了10局！他吃惊地说："你怎么不去打乒乓球呢？你可以去争取世界冠军的。"张五常笑着说："你真是笨死了，我怎么打得过容国团呢？"

张五常为什么不去当乒乓球运动员？很显然，这不是他去不去的问题，而是球队收不收他的问题。同样的道理，虽然很多目标看上去很令人激动，但是并不一定适合你。

生活中，很多人都知道天道酬勤、勤能补拙的道理，这话不假，但是我们不禁要问：与其用勤补拙，那么为什么不把精力用在你原本就很优秀的方面呢？更何况，有些拙并不是一味地下苦功就能补上的，有些事并不是只有勇气和魄力就能决定的。

然而，世界上好高骛远、不切实际的人从来都没有少过，有些人的目标甚至大得令人瞠目结舌，比如2000年5月30日因信用证诈骗被判无期徒刑的前南德集团总裁牟其中。

牟其中曾经提出过两个让人震撼的投资大设想：一个是把喜马拉雅山炸个缺口，让印度洋的暖湿气流吹进青藏高原，把亘古不化的冰

天雪地变成万里良田；另一个则是搞“西水北调”，把雅鲁藏布江丰富的水资源绕道新疆引入黄河，解决中原地区的缺水问题！而且这并非单纯的幻想，牟其中曾经一本正经地召开过新闻发布会，所有的参与者除了目瞪口呆，还是目瞪口呆。

生活中类似的例子比比皆是，只不过他们没有牟其中那么大手笔而已。所以，我们在设定目标时，要结合自身条件、外部环境等主客观因素，切实考虑目标的可操作性。谁不想“乘长风破万里浪”？可是如果你没有丝毫的航海知识的话，你那远大的目标往往会让你葬身海底。

准确定位｜不要羡慕高处的苹果3

正视自己的弱点

民间有句老话叫“金无足赤，人无完人”，意思是说对人对事都不能太苛求。但是国人向来有“说一套、做一套”的传统，一直以来，人们对他人和自己的要求其实都蛮苛刻的。尤其是在面对自己的缺点时，很少有人能够坦然。更多的时候，更多的人会想尽一切办法去掩盖自己的弱点，让自己看起来更完美一些。

然而，这个世界上掩耳盗铃、自欺欺人到最后弄巧成拙的人和事还少吗？毛泽东说过，“知错能改，就是好同志”。更何况我们有弱点并不是错误，而且任何弱点都可以通过努力去弥补。所以，每个人都应该正视并感激自己的弱点。因为一个人只有认识到自己的弱点，才会给自己新的学习机会，从而增长智慧，愈加成熟。这样的人，不仅更容易接近成功，而且能够得到大多数人的认可。而那些不肯或者不敢甚至不能正视自己的人，非但很难取得成就，同时也很难在社会上立足。

新年伊始，上海市一家外资企业登出招工启事，准备面向社会招聘一位经理助理。在招聘条件一栏中，有一项条件是必须具备两年以上的工作经验。

当天上午，先后有6位求职者前来应聘，前面5个应聘者都称自己有类似的工作经验，但面对招聘经理的考问，他们很快显示出了对这一行业的无知。

第6位求职者是一位学生模样的年轻人，他坦率地对招聘经理说，自己并不具备这方面的工作经验，但是他对这份工作很感兴趣，并且拥有十足的信心，相信经过短暂的实践后，能够胜任工作。

“没有工作经验你为什么还来应聘？你没看到我们的招聘条件吗？不过我很欣赏你的诚实，说说你为什么能够实言相告呢？”一位外籍招聘经理用生硬的汉语问他。

“是这样的，先生。”青年人回答：“小的时候，有一次我偷了家里的鸡蛋拿出去卖钱花，结果被奶奶知道了。奶奶问我时我撒了谎，奶奶在我的屁股上重重地打了一巴掌，然后告诫我：‘穷不可怕，只要你诚实，你就有救。’我永远记住了这句话。”

毫无疑问，这位应聘者被破格录取了。几年后，他成为这家公司的财务总监。

准确定位｜不要羡慕高处的苹果4

穷不可怕，只要你诚实，你就有救。同样的道理，有弱点并不可怕，而且非常正常，只要你能够正视自己的弱点，并努力弥补，你就能逐渐得到提升，趋于完美。

那么，为什么大多数人不愿意正视自己的弱点呢？原因就在于他们不自信。为了自己可怜的自尊，他们往往对自己的优点了如指掌并大肆宣扬，而对自身的弱点却不敢承认和面对，害怕弱点被别人看透，受到他人的嘲笑和蔑视。如此一来，这些弱点便不断地发挥破坏作用，对个人的发展造成极坏的负面影响。

与此相对，那些在职业生涯中有所收获的人，都是能够清醒认识自己的人。他们在知识与能力上或许并不一定胜人一筹，但是他们非常清楚自己的弱点和不足，从而能够及早规避相关危害，并积极地发挥自己的长处，扬长避短，用优点去克服或弱化自身的弱点。

而且，即使是暴露自己的弱点，有时候也并不一定都是坏事。对于相互合作者来说，这一点尤其重要。因为唯有如此，才能换来别人的信任和帮助，提高合作的成效。

飞人乔丹是NBA历史上最伟大的篮球运动员。一方面由于他球技过人，曾经创造过多项世界纪录，而且至今无人打破；另一方面则得益于他过人的气度和胸襟。

在当时，公牛队中最有希望超越他的新秀是年轻的皮蓬。皮蓬年轻气盛，好胜心极强，在乔丹面前，他常常流露出一种不屑一顾的神情，还煞费苦心地寻找乔丹的弱点，并对别人说乔丹这里不如自己，那里也不如自己，自己一定会把乔丹击败等。但乔丹却从来没有把皮蓬当做潜在威胁，更没有因此而排挤他，相反他经常对皮蓬加以鼓励。

有一次休息时，乔丹问皮蓬：“你觉得咱俩的三分球谁投得更好一些？”

准确定位｜不要羡慕高处的苹果5

皮蓬听了很不高兴，阴阳怪气地说：“你这是明知故问，当然是你喽！”因为当时的统计数据显示，乔丹投三分球的成功概率是28.6%，皮蓬的成功概率则是26.4%。

看着生气的皮蓬，乔丹微笑着纠正说：“不，皮蓬，你投得更好一些！你的动作规范、流畅，你很有天赋，以后会投得更好。但我投三分球时有很多弱点，我扣篮主要用右手，而且会习惯性地用左手帮一下忙。可是你左右手投得都很棒，而且不用另一只手帮忙。所以，你的进步空间比我更大！”

乔丹的大度让皮蓬大为感动，此后他一改自己对乔丹的看法，更多的是以一种尊敬的态度向乔丹学习。因此他们二人都有了不同程度的提高，他们的配合也越来越默契，为公牛队带来了一个又一个辉煌。

看看乔丹，再想想身边那些专事抱怨、报复的人，或者看看我们自己，我们怎能不慨叹？我们又怎能不汗颜？也许现在，你还在为人际关系而痛苦，为成功无望而苦恼，然而在抱怨生活不尽如人意的同时，我们是否应该自问：这一切，是否源于我们缺乏一种“晒晒”自己的勇气？要知道，有弱点并不可耻，隐藏自己的弱点，不能与合作者彼此坦诚相对，才是真正的可耻，才是最大的弱点。

扮演好自己的角色

人生好比一场戏，社会就是大舞台。既然无法超脱出社会，我们每个人势必要在社会大舞台上扮演一个角色。虽然角色有好有坏，有主有次，甚至微不足道，某些人还不得不从事幕后工作。但是在生活的总导演面前，抱怨也好，痛恨也罢，它丝毫都不会理睬。唯有扮演好自己的角色，它才会肯定你，让你把自己演绎得更加精彩。

角色是戏剧、电影、电视等艺术领域的专用术语，一场戏中通常有主要角色（主角）和次要角色（配角）两种，把它借用到社会学

中，便有“社会角色”一说。有道是“舞台小社会，社会大舞台”，小到一个家庭，大到一个企业，直至整个社会，要想保持稳定和谐，都需要每一个参与者密切配合，也即要求每个人自觉地扮演好自己的角色，不论你的角色多么糟糕。

准确定位｜不要羡慕高处的苹果6

新学期开始后，县中学转来一位女孩儿。看她的衣着，就知道她是普通农民家的孩子。女孩有着农家孩子的朴实和勤奋，听课专心，发言踊跃，让班主任于老师非常欣慰。

可是好景不长，几天后，于老师注意到，女孩儿总是低着头走路，有时眼睛还红红的。有同学欺负她？还是想家了？带着疑问，于老师把女孩儿叫到了办公室。

经过一再追问，女孩儿说出了实情：这几天她发现自己无论是穿着还是学习都不如其他同学，总认为自己低人一等，觉得父母花这么多钱让她来县城读书，最终恐怕会让父母失望。

“是这样啊！那老师给你讲个故事。”说完，于老师给她讲起了前不久看过的一个小故事。故事发生在英国一个小镇上。为了募捐，玛莎所在的学校准备排练一部叫《圣诞前夜》的话剧。得知消息后，玛莎第一个去报名要求当演员。她的目标是出演剧中的女儿。但是到定角色那天，玛莎却一脸冰霜地回到了家，因为她被告知，她的角色是一只狗！整个晚饭时间，玛莎不是抱怨牛排太咸，就是埋怨土豆太淡，搞得一家人都没了胃口。饭后，爸爸把玛莎叫到书房，两个人谈了很久。虽然他们拒绝透露谈话内容，但是第二天人们又看到了那个快乐的玛莎。她不仅没有拒绝演狗，还买来了护膝，以便更好地排练。

终于到了演出的那一天。从头至尾，玛莎穿着一套毛茸茸的道具，手脚并用地在台上爬来爬去，还不时伸个懒腰，晃晃脑袋，动作惟妙惟肖，精湛的表演吸引了所有观众的眼球，虽然她从头至尾没有说过一句台词。

后来，玛莎向人们透露了她和爸爸那天晚上的谈话。爸爸说：“如果你用演主角的态度去演一只狗，狗也会成为主角。”说到这里，于老师加重语气说：“命运赐予我们不同的角色，与其怨天尤人，自暴自

弃，不如全力以赴，演好自己的角色。因为再小的角色也有可能变成主角，哪怕你连一句台词也没有。”

西方人说，“人类一思考，上帝就发笑”。在生活的舞台上，诚然只有极个别能够预知未来的好导演，大多数人都无法将自己平凡的生活演绎得更加精彩。但是如果我们有了把狗当成主角演的态度，那么即使是最本色的演出，又有谁能说我们不成功、不幸福呢？更何况，王侯将相尚且不是天生的，主角也不是注定由某一人来垄断的。

准确定位｜不要羡慕高处的苹果7

德怀特·戴维·艾森豪威尔是美军历史上唯一当上总统的五星上将。在美军历史上，他晋升速度“第一快”；在历届总统中，他出身“第一穷”。从一个平民之子到举世瞩目的美国总统，艾森豪威尔凭的是什么？用他自己的话说，这一切源于年轻时的一件小事：

有一次晚饭后，艾森豪威尔和家人一起玩纸牌游戏。他的手气很糟糕，一连几把牌都很烂。当他再次抓到一把烂牌时，他变得很不高兴，开始抱怨上帝。这时他的母亲停了下来，正色对他说道：“如果你想玩，就必须用你手中的牌玩下去，不管那些牌是好是坏！”

艾森豪威尔一愣，母亲又说：“人生也是如此，发牌的是上帝，不管牌怎样你都必须拿着。你能做的就是尽全力打好手里的牌，求得最好的结果！”

很多年过去了，艾森豪威尔却一直牢记母亲的话。对生活，他从未存有任何抱怨，因为他总是能以积极乐观的态度去迎接命运的挑战，尽力做好每一件事，最终成了美国总统。

无论是演戏，还是打牌，既然选择权不在我们手里，那么永远不要抱怨它们不够好，因为怨天尤人只会让你徒增烦恼，不解决任何实质问题。我们能够做的、应该做的，是学会适应并改变它。只要不抱怨，任何角色都可以让你更精彩；只要肯努力，再烂的牌也有可能会赢！

只摘够得着的苹果

不想当将军的士兵不是好士兵！多少年来，拿破仑这句名言影响了无数人，也成就了许多人。为了成功，即使付出再大的代价，人们也在所不惜。然而谁都无法否认，成功并不具备普遍性。想成为比尔·盖茨无疑是好事，然而想成为比尔·盖茨绝不等于能成为比尔·盖茨！更何况更多的时候，人们总是把远大理想和欲望膨胀混为一谈。尤其是在如今这个更民主、更自由，充满了更多机遇的时代，面对满树的红

苹果，没有人不跃跃欲试，没有人不想把它们一一收入囊中。随之而来的，自然是或欣喜、或抱怨、或抑郁、或失常、或崩溃……所以哲人告诉我们：只摘够得着的苹果。

准确定位｜不要羡慕高处的苹果8

张跃是某培训公司的著名讲师，一次演讲中，他讲了自己少年时代的一段经历：

我的小学老师是一位民办教师，当时月工资只有几十元，为补贴家用，老师和师母在自留地里种了数十棵果树，有桃树、梨树、苹果、柿子等，从农历五月直到十月初，老师的果园里各种果子不断。但是师母体弱多病，因此每到摘果子的时候，老师就会找几个同学去帮忙，因为我离老师家比较近，所以经常去帮忙，当然也没少吃各种水果。

有一年秋天，到了苹果收获的季节，老师又来找我和几个同学去帮忙。当时收苹果的商贩正在一边等着呢，因此一个同学提议说，咱们搞个摘苹果竞赛吧，看谁摘得多。几个人一听也很兴奋，老师说那你们一人先包一棵树，到时候谁摘得最多奖励谁两个大苹果，其余的人奖1个，并罚他讲个笑话。

大家想都没想就答应下来，然后迅速选定目标，忙活起来。一开始，大家不分高低。直到低处的苹果摘完后，我才发现我落后了，因为我比较矮小，自然摘不到高处的苹果。突然我脑筋一转，我虽然矮，但是也比他们灵活呀！于是我三下两下攀到了树上，一会儿时间就比他们摘得多了。

我一边往更高处爬去，一边想大奖非我莫属了！突然咔嚓一声，我随着一根树枝重重地跌到了地上，幸运的是毫发无伤。老师和同学们赶紧跑过来，问我摔伤没有。我甩开他们的手说，没事，我继续比赛，一定要得第一！说完又要往树上爬。

但老师却坚决不允许我再上树了，而且把同学们都叫过来，语重心长地说：“有些苹果，比如最高处的那些，不用你们去摘，到时候我搬个梯子来。大家只要摘够得到的就行了。”

张跃总结道：“多年以后，在我的理想一次又一次被现实击倒，在我的雄心一次又一次以无奈而告终的同时，我也反复地咀嚼过老师当初的话，原来老师就是哲人。另一方面，虽然现在的我仍然有理想、有目标、有追求，但是相比以前我变得理智多了，也成熟多了。我知道，只有去珍惜、去获取那些够得着的‘苹果’，生活才不会频频让人失望。更何况那些现在不能摘到的‘苹果’，并非永远不属于我们。”

我们来看一个外国人的例子。

准确定位｜不要羡慕高处的苹果9

德国柏林爱乐乐团素有“世界第一交响乐团”之美誉。能够成为柏林爱乐乐团的首席指挥，是每个指挥家的最高梦想。然而在1992年，当柏林爱乐乐团邀请英国著名指挥家西蒙·拉特尔担任乐团首席指挥时，拉特尔却出人意料地拒绝了。他说：“柏林爱乐乐团以演奏古典音乐闻名于世，但我对古典音乐的理解还不够透彻，如果我担任首席指挥，恐怕非但不能带领乐团迈上一个新台阶，反而会起到负面作用。机会虽然好，但是我没有能力去把握，还是放弃为好。”

不过，这绝不意味着拉特尔不想担任乐团首席指挥一职。在谢绝邀请后，他付出了十年如一日的不懈努力，直到他对古典音乐的透彻理解震撼了世人，直到他对古典音乐的精湛指挥一次又一次令听众倾倒，直到2002年柏林爱乐乐团再次向他抛出了橄榄枝。这一次，拉特尔没有丝毫犹豫，当即接受了邀请。因为他知道，现在的他已经具备了担任首席指挥的实力。事实证明，拉特尔加盟后，柏林爱乐乐团创造了演奏史上一个又一个奇迹。

拉特尔的放弃是一种务实，更是一种明智。他的放弃，恰到好处地为我们诠释了“放弃是为了更好地得到”的哲理。只有暂时放弃，才能超脱自己，给自己激励，腾出空间和时间去接纳或学习其他更多、更好的东西，最终取得更大的成功。所以，当我们还没有实力去采摘那些高处的苹果时，无论你多么希望得到它，多么需要得到它，只要客观条件不成熟，那么就必须暂时放弃，然后通过务实的途径，去追求事物的本质。等你长高了，你自然会摘到更多的苹果。

不要盲目和别人攀比

《牛津格言》中说：“如果我们仅仅想获得幸福，那很容易实现。但我们希望比别人更幸福，就会感到很难实现，因为我们对于别人的幸福的想象总是超过实际情形。”

的确如此。生活中，有很多人总是在哀叹自己的不幸，却对他人的成绩羡慕不已。他们总是在抱怨：

——小林都涨工资了，我却还在原地踏步，到哪儿说理去呢？

——老高买新房子了，他和我一块进的公司，看看人家，再看看自己，唉……

——人家的孩子怎么就那么争气呢？看看自己的孩子，真是没办法……

实际上，事情完全不像他想的那样：小林根本就没涨工资，只不过是他爱面子吹牛罢了，老高买的新房子全靠贷款，刚刚买完房子就后悔得直想跳楼，而他自己的孩子也不见得真的不争气。

事实归事实，现实归现实。类似的慨叹和抱怨，相信很多人都曾经有过。看着别人有钱，嫉妒；看着别人有权，诅咒；看着别人有闲，羡慕；看着别人晋升，委屈……还有些人羡慕影星、歌星、运动明星，看到他们整天地被包围在鲜花和掌声之中，就垂涎三尺，认为痛苦与他们无缘。其实，人生失意无南北，名人自有名人的烦恼。是种种扭曲的心理，直接催生了盲目攀比的心理。他们永远看不到，自己有聪明的孩子，有体贴的爱人，有知心的朋友，有一个温暖的小家，有一份儿比上不足但比下有余的收入……就像漫画大师朱德庸说得那样："我相信，人和动物是一样的，每个人都有自己的天赋，比如老虎有锋利的牙齿，兔子有高超的奔跑、弹跳能力，所以它们能在大自然中生存下来。人们都希望成为老虎，但其中有很多人只能是兔子。我们为什么放着很优秀的兔子不当，而一定要当很烂的老虎呢？"

当然世界少不了攀比，而且从一定的意义上说，攀比还是人类进步的侧面动力。一个人想在社会上确定自己的位置，并不断超越自我，必须选定一个参照物。但是，我们提倡的是理性的比较，而不是盲目的比较。我们可以不知足，但是不能盲目攀比。否则就会失去自我和特色，到头来只能是徒增烦恼。

准确定位｜不要羡慕高处的苹果10

星期一早晨，万方公司的销售经理黄威突然向总经理提出辞职。鉴于黄威才华出众、业绩超群，总经理对他多方挽留，不但主动给他增加薪水，还承诺在短期内给他晋升职务。原本想跳槽的黄威最终打消了念头，留下来继续为公司服务。

这个消息很快传到了人事经理吕东风的耳朵里。吕东风想，我也是个不可或缺的部门经理，不如向黄威学习，总经理肯定也会给我升职加薪，以作挽留。

经过准备，吕东风走进了总经理办公室，表示自己也想辞职。

不料总经理非常爽快地答应了，毫不犹豫地对他说："那好吧！既然你去意已决，我也不好强人所难。祝您另谋高就，前程似锦！噢，对了，请你尽快补交一份辞呈给我。"

原来，吕东风一向表现平平，业绩不佳，好在他比较老实、听话，总经理虽然对他早有意见，但是一时间还真找不到适当的机会。这次他主动送上门来，总经理正好顺水推舟。

故事中的吕东风弄巧成拙，不但没有像黄威那样得到升职加薪的优厚待遇，反而连原有职位也丢掉了。之所以落得如此下场，完全是由于他的盲目攀比之心。所以，人必须正确掂量自己的分量，给自己一个恰如其分的定位。如果看不到这一点，一味地盲目与别人攀比，就会对自己产生错觉，从而做出傻事，最终搬起石头砸自己的脚。

有句俗语说:"人比人，气死人。"事实上，与人相比、与人竞争都不要紧，也很正常。只有看到自己的短处，才有可能尽快弥补，不断进步。而那些因为人比人而被气死的人，往往是因为他们自身性格和心理上的缺陷，导致了他们无可救药的自卑，即使他们已经非常优秀。比如《三国演义》中感慨"既生瑜何生亮"的周瑜，比如童话故事中每日反复叫着"魔镜魔镜谁最美丽"的王后。很多人就是这样，总是习惯于拿别人的长处来和自己的短处作比较，和别人比自己没有的东

西。这样的人，其幸福指数自然比不上那些想得开、吃得饱、睡得香的“没心没肺”的人。

所以，人应该学会正视自己，学会自我开释。只要退一步想，你就会发现，生活中的很多事情其实并不需要太在意。真正需要我们在意的，是怎么才能及早去除盲目攀比、自我折磨的扭曲心理。

准确定位｜不要羡慕高处的苹果11

避免陷入自我定位的陷阱

时下有一句流行语，叫做“有什么样的定位，就有什么样的人生”。大意是说想成为成功人士，首先需要为自己选择一个明确、具体的目标，比如你想拥有多少金钱，拥有什么样的社会地位，取得什么样的成就等。毫无疑问，一个有了自己人生定位并能为之付出不懈努力的人，相对来说肯定比那些飘忽不定、内心迷惘的人更容易接近成功。可是反过来说，就算你自己定位了，如果自我定位不切实际，或者你缺乏健康良好的心态，同样也不会取得成功。

众所周知，现在普遍存在着大学生就业难的问题。在全球金融危机日益严重的今天，在每年新增数百万大学毕业生的今天，就业危机是不可回避的现实，而且在一定时间内不可能得到100%的解决，甚至会更加严峻。但是另一方面，我们的“天之骄子”们在抱怨压力大、竞争激烈的同时，是否曾经考虑过自己的自我定位存在误区呢？或者说，你是不是一个眼高手低的人？

小王是某省师范大学的毕业生，在校期间各门功课成绩都很优异，毕业后却被分配到了一个小县城当老师。一直想留在省城发展的他一下子进入了平庸、烦琐的现实，仿佛从天堂掉进了地狱。为了改变自己的命运，他把全部希望都寄托在了研究生考试上，并将这看成了他唯一的出路。

但是由于诸多方面的原因，他的努力并没有换来期待中的成绩。为了自己的前途，他再次鼓起勇气，凭借着强大的意志再次捧起书本，然而第二次考研仍然没有成功。第三次失败之后，他放弃了努力，每日以酒为伴，几近崩溃。要命的是，由于他一心考研，极大地影响了正常的授课，经过研究，校方果断地将他开除了。这一次，他彻底崩溃了。在一个宿醉的深夜，他用一瓶安眠药结束了自己的生命。

我们不难看出，小王的种种遭遇乃至最后铸成悲剧，皆因自我定位过高，不肯面对现实而起。生活中，也经常可以听见人们把“知足常乐”、“只摘够得着的苹果”、“比上不足比下有余就行了”等挂在嘴边，然而这些话说起来简单，做起来却很不简单！人类从来就不缺理想，或者说叫贪欲，也可以说是上进心。从小到大，几乎每个人，甚至还没上学的小朋友，都会在家长们的“教育”下纷纷树立远大的理想，比如“我要做大老板”、“我要做大官”等，我本人就亲自听到一个5岁的小朋友说长大要做国家主席！

这里抛开他们的理想是否可行、能否实现不谈，类似的家长无疑从一开始就把孩子引上了自我定位的误区，那就是做事要做大事、赚钱要赚大钱、做人要当大人物。诚然，这是值得肯定的理想，也是每个人的权利，但是你凭什么认为自己一定会成功呢？也许你会说只要肯努力就一定会成功，丑小鸭还能变成白天鹅呢？不是吗？那我告诉你，追求成功并没有错，但是努力却不见得一定会成功，尤其是那种幻想式的成功。丑小鸭能变成白天鹅，那是因为它体内原本就有天鹅的基因！如果你只是一只普通的野鸭，或许努力会让你变得更强壮一些，但你永远都不可能飞上蓝天。与其如此，何不选择一条更适合自己的路呢？虽然你做不了五星级大酒店的经理，但是你可以开一家小餐厅啊！而且随着你的能力的提升，经营五星级酒店也不是梦。反之，努力了却达不到自己的预期目标，除了极少数人会认为是自己努力得不够之外，大多数人都会抱怨社会的不公。

当然，我们的宗旨是激励每个读者走向成功。那么面对激烈的社会竞争，一个人怎样做才能做到稳中求胜、险中求安，最终打拼出一片属于自己的天地呢？

准确定位｜不要羡慕高处的苹果12

在此为大家提供几点建议，希望能对读者有所帮助。

1．积极肯定自我价值，乐观面对压力和挑战，制订出清晰的目标，并及时细化、优化、纠正，甚至放弃目标。

2．正确看待自己的优势和弱点，理性看待自己的缺点，做到有则改之，无则加勉。

3．遭遇挫折和失败时，要不断总结经验，及时调整自己的心态，脚踏实地、一步一个脚印地做好每一件事情。

4．杜绝好高骛远，严禁朝三暮四，更不要试图走好两根钢丝。

5．善待周围的每一个人，处理好人际关系，不断培养自己的人脉。

总之一句话：没有明确的自我定位不行，自我定位不切实际也不行。唯有找到适合自己的人生目标，并激励自己付出不懈的努力，梦想才有实现的可能！如果拿不准，请记住，保守一点总好过狂妄自大。

主动改变｜发现一个全新的自己1

人生的道路很漫长，每个人都会遇到很多不尽如人意的情况，这是无法改变的。“当你无法改变环境时，请试着改变自己”是很有道理的，每个人主动改变的过程就是完善自我的过程，慢慢的，你会发现一个全新的自己。

快乐从停止抱怨起程

因为经常遇到困难或者挫折，抱怨成了某些人的“例行公事”。抱怨的人不见得是个坏人，但可以肯定的是，这些人常常受人冷遇。他们的抱怨也有他们的理由，他们总是认为自己经历了世界上最大的困难，却忘记了听他抱怨的人也有这些经历。

偶尔的抱怨无可厚非，但经常抱怨，就如同往自己的鞋子里倒水，抱怨越多，行路就越艰难。困难和挫折是一回事，抱怨是另外一回事，更为重要的是，原本愉悦的心情会因为抱怨而变得低落甚至哀伤。

一鸣是上海一家公司的部门经理。去年夏天他到南京谈生意，在中央门，他坐上了一辆出租车，要求到新街口。

上了车，他才发现和别的出租车相比，这辆车不仅外观光鲜亮丽，而且司机要“正规”得多，天气炎热，但他仍然穿戴整齐，而且车内布置得也十分雅致，让人看了就很舒服、很温馨。

车子发动之后，司机温和地问一鸣要不要开空调。司机发现一鸣似乎有点疲倦，又问他要不要来点音乐。等绿灯时司机又回过头来告诉一鸣，车上有刚买的现代快报和当期的杂志，最后司机甚至还问一鸣是否需要咖啡。

司机的“增值”服务很周到、很热心，一鸣有点不相信这样的事情会发生在自己身上。难道有什么不可告人的目的吗？但他从司机愉悦的表情里看出了真诚。

说实话，一鸣的这次行程并不是很开心，这个周末他早已和女朋友约好了的，准备去旅行的，但老总的临时安排打乱了他的计划。从到南京开始，他就有点郁闷。不过因为这位司机的关系，他的心情好了很多。一鸣很好奇地问："我感觉你的服务很周到，并且与众不同！你从什么时候开始这种服务方式的？"

司机温和地笑了笑，没有正面回答他的问题。他说："我做司机快10年了，那时候还没结婚，因此收入不仅够温饱，而且还能存下一笔钱。自从结婚以后，压力就大了，而且这两年经济形势也不好，收入也减少了，孩子要上学，老婆工作也不稳定，压力太大，活得非常疲惫和痛苦，因此我经常抱怨工作辛苦，觉得人生没有意义，但抱怨并没有改变我的生活状况，反而让心情变得越来越糟糕。那天，我送一位退休的大学教授到火车站，他看出了我的颓废。他说：'如果你觉得日子不顺心，那么所有发生的事情都会让你觉得倒霉；如果你换一种心态的话，也许生活就是另外一个样子了。你也不用活得这么痛苦，每个人都能在社会中找到自己的位置。'

因此我相信，整天抱怨生活不如意，不但改变不了现实，而且还会让自己越来越痛苦；人要快乐，就要停止抱怨，要改变自己。我想，也许我该改变一下生活方式了。我相信，我把我的快乐带给我的乘客的同时，我也会很快乐的。我也相信，我现在做到这些了！"

司机的话，让一鸣感动不已。

主动改变｜发现一个全新的自己2

一味地抱怨并不能改变现实，反而会使自己的心情越来越糟糕。刚开始的时候一鸣就是这样的心理，因而他闷闷不乐。相反，是司机乐观的生活态度感染了他。想快乐，就要少一些抱怨。生活中如果常常因为一点不顺心的事就抱怨，能否改变这个糟糕的现实？最关键的是，它能让你快乐吗？你是想让别人怜悯你，还是让别人觉得你懦弱无能?

过多的抱怨，不仅会让自己生活在痛苦之中，还会阻碍自己的发展。你想想，上班的时候，遇到点儿挫折便怪这怪那，怨天尤人、唠唠叨叨，自己的心情一团糟，还要消极地影响别人。谁愿意与这样的人交往呢？明白了这点，我们的心胸才会宽阔起来，也只有这样我们才能清醒地认识自己，不至于在路上被烦恼绊倒。如果清楚了这个道理，请现在就停止无休止的抱怨，认真地做好下面几点，你的生活也许会是另一种状态了。

★ 换一种心情对待不如意的事情。同一件事，角度不一样，想法不一样，可能得出来的观点就不一样。比如别人对我们说了难听的话，从我们的角度说当然很生气，但如果站在他的角度呢？也许他在为我们提意见呢！一个好的故事可以纯欣赏，但也可能成为改变一个人的契机，知道自己需要改善的地方，并且努力去完成它，才是真正有勇气的人，而成功总是属于那些坚持到底的人。

★ 己所不欲，勿施于人。当你真的了解抽烟会影响他人的健康的时候，也许你就不会抱怨别人因为你在公共场合抽烟而批评你了，你也不会抱怨别人都是针对你的了；当然，你也不会因此抱怨爱人怎样跟你过不去了。

★ 适当改变自己。每一个人其实都想过更好的生活，但却不希望改变自己，然而天下没有白吃的午餐，一分耕耘就会有一分收获，如

果你希望拥有大成就，你就必须具备一个像赢家的思考态度或行为规范。

你可以选择你要的人生，不过抱怨只会让事情更混沌。你可以选择早晚抱怨别人，也可以在觉醒后力图振作，它不一定是推翻过去所有的生活步调，它可以是一个当下念头的转换，或是一个行为的修正。不放纵自己的言行，让自己的善言善行慢慢变成良好的习惯。也许用不了多久，你就会发现，你原来也是如此快乐。

主动改变｜发现一个全新的自己3

从现在开始停止抱怨

抱怨的人无处不在，有些人总觉得别人处处跟他作对，因而抱怨不止；有些人总认为自己是强者，但当遇到困难的时候又无力解决，也抱怨不停；有些人认为社会太不公平，常常抱怨自己怀才不遇……

许多人都抱怨过处境的艰难，但抱怨根本解决不了问题，当发现抱怨无济于事之后，只能沉默，甚至一蹶不振。抱怨只会让人丧失勇气，还会让人失去朋友。可以想象，谁不恐惧牢骚满腹的人，谁不怕自己受到消极的传染？与其经常抱怨，为什么不停止抱怨，寻找解决问题的办法呢？

马舟是北京建国门一家公司的部门负责人，在这家公司，他已经做了整整三年。对很多人来说，三年也许很短，但对马舟来说，已经很不容易了，因为他的公司人员流动性很大。

同事走了一批又一批，他听到最多的，都是同事对公司的抱怨，不仅对他抱怨，也对老总或和公司有关联的其他人抱怨。

他的一个朋友和马舟同在这家公司，工作后的第一次见面时，他就向马舟抱怨说他的处境没有马舟好，后来每次见面都会向马舟诉苦。不过却从没有听到他说自己有什么不对的地方，或是准备怎么改正等。

马舟对他的朋友说，我来给你讲个故事吧。

一天，美国著名的心理学家赛利格曼与5岁的女儿尼奇在园子里播种。赛利格曼虽然写了大量儿童著作，但实际生活中跟孩子并不太亲密。他正在忙着种地，而女儿却手舞足蹈，甚至将种子抛向空中。

赛利格曼有点烦了，便让女儿老实点，女儿却跑过来对他说：“爸爸，你还记得我5岁生日吗？从3岁到5岁我一直都在抱怨，每天都说这个不好那个不好，当我长到5岁时，我决定不再抱怨了，这是我从来没

做过的最困难的决定。如果我不抱怨了，你可以不再经常闷闷不乐了吗？”

赛利格曼突然产生了闪电般的震动。这一天改变了赛利格曼。他过去的50年都生活在阴暗的情绪中，而从那天开始，他决定让心灵洒满阳光，让积极的情绪成为心灵的主导。

主动改变｜发现一个全新的自己4

抱怨对问题的解决无济于事，反而会影响自己的情绪，更为严重的是，一味地抱怨，甚至会影响和朋友、同事、上司的关系。马舟之所以对这个朋友产生了看法，就是因为他的这个朋友只会抱怨，不知道从自身找原因。

即使遭遇了失败，只要我们振奋起来，还有机会从头再来，毕竟在人生的道路上，很少有人能永远一帆风顺。如果因为失败，就满腹牢骚，只会让人厌烦。

抱怨不同于坦然承认失败。坦然承认失败的人，会赢得别人的尊重，人们如同看到一个伤痕累累的、神色平静的勇士。人们本来同情弱者，但抱怨的人容易气急败坏，反而得不到别人的同情。

从现在开始停止抱怨，把时间和精力都用在解决问题上。停止抱怨，你必须接受这样的观点，换句话说，就是你必须为自己所做的事负责，而不是做错了事之后找各种各样的借口。你可以经常对自己说：

1.要是我不满意自己现在的一切的话，那就应该努力改变这一切，而不是将责任推卸到别人身上。

2.要是我有什么目标的话，抱怨并不能使我实现目标。目标能否实现完全取决于我是否努力了。

3.要是我不高兴的话，那一定是因为我自己，而不是别人让我不高兴了。

4.要是我遇到了困难或者挫折，我应该努力去解决这些困难，这是我自己的事情，不能等待他人的帮助或者希望事情自然出现转机。

5.要是有人遇到困难，我有责任不带任何目的地去帮助他们。

6.要是我希望和他们交往，那么我应该，主动去邀请他们，让他们觉得我有吸引力，而不是等他们先伸出双手。

……

主动改变｜发现一个全新的自己5

毫无疑问，停止抱怨仍然不是最终的目的，还应该多一点自信。抱怨只是逃避责任的表现。如果你发现自己在抱怨，立刻停止，然后问问自己，为什么不能努力去改变现状，让自己的生活更有意义呢?

给生活一个笑脸，生活会还我们一个安慰

在现实生活中，人们总会发现抱怨的人远比乐观快乐的人多。可能没有多少人愿意与喜欢抱怨的人做朋友，因为这些人在抱怨的时候，也在伤害着身边的人，为他人招惹麻烦。世界上几乎没有人因为抱怨而得到快乐。

去年刚刚大学毕业的杨帆，在上海的一家外贸公司任职，去年刚工作的情景现在仍然历历在目：

因为是第一天上班，杨帆非常谨慎，虽然公司9点才上班，而且到公司只有半个小时的车程，他还是在6点就起床了，洗漱完毕之后，他特意挑选了衣柜里最贵、也是最正式的一套职业装，然后精神抖擞地出门了。

但是让杨帆没想到的是，当他昂首阔步进入公司之后，人力资源部经理把他领到他所在的外联部后，就再也没有人搭理他，部门里的其他职员也没有人抬头看他一眼。

杨帆坐在座位上等了半天，也没有人过来安排他任务。他只得去找部门经理。

部门经理看了看他说：“小杨啊，饮水机的水要换了，还有帮大家到下面买些充值卡，回来的时候顺便给大家买好午饭……”

杨帆其实是非常郁闷和无奈的，他也不知道该怎么办，如果拒绝又怕得罪部门经理。对他来说，帮同事做点事情倒是没什么，可是没有一个人对他的行为表示肯定，一句谢谢都没有，更为重要的是，这些琐碎的事情，在同事们的眼中，也许都成了他分内的事情。

因为这些事情杨帆很失落，他也曾暗地抱怨过部门经理。但工作仍然得继续，就这样杨帆的这份工作一直持续了半年之久，最后他不得不卷铺盖走人。和刚到公司时的兴高采烈相比，他走得似乎有点黯然，因此他的心绪一直很坏，这也直接影响到了他以后找工作的信心。

主动改变｜发现一个全新的自己6

对于初入职场的杨帆来说，因为缺少经验，可能很难正确处理好与上司、同事的关系，但抱怨根本解决不了问题，相反还会给自己的人际关系蒙上一层阴影。

在我们周边常听到抱怨生活不公平、不如意的声音，这些人总是跨不过那扇快乐之门，被抑郁、忧伤困扰。而这些痛苦来源于“把自己摆错了位置”，总觉得生不逢时，总觉得机遇未到。长期抱怨的人，最容易犯的一个错误，就是让消极的想法在自己脑海里面生根发芽。就像经常有人这样说：“我知道我不该抱怨，但我不知道该怎么让自己不要抱怨。”

很多时候，抱怨与乐观仅仅一步之遥。假如你是个悲观的人，选择了抱怨，也许你将时时忍受忧郁、痛苦的折磨，你的生活、学习、情绪、健康都将因此付出代价。相反，如果你能乐观地对待你所遭遇的一切不幸，困难和挫折将会因为你的乐观而变得渺小和微不足道。

如果你能意识到自己不该抱怨的话，这将是你克服抱怨的第一步，因为意识到自己应该如何做和不应该如何做很重要。克服抱怨最好的办法，莫过于保持乐观的情绪了。保持乐观的情绪，应该做到以下几点：

★ 有一个快乐的人生计划。毕竟人活着就是为了生活得更快乐、幸福，而幸福的生活要靠自己的努力去争取。因此，需要给自己定一个目标，为了这个目标，就需要勤奋和努力，即使遇到了困难或者挫折，目标的动力也会克服消极情绪，让单调乏味的工作充满乐趣。

★ 对自己不要过于苛求。无疑很多人乐于抱怨，包括抱怨别人也抱怨自己，多是目标定得过高，当依靠自己的力量无法实现的时候，就会抱怨别人，为什么他没有帮助我？为什么我这么不顺？从抱怨别人到抱怨自己，情绪将越来越糟糕。

★ 保持微笑，积极调控情绪。保持乐观的心绪，排除不良的情绪，让自己在愉快的环境中度过每一天。

主动改变｜发现一个全新的自己7

如果这条路行不通，那就再找一条

最近年过四十的张跃然心情不畅，有很多想不通的事情，因而他一直唉声叹气、闷闷不乐，越来越自闭。左邻右舍以及公司里的同事，有事没事的时候就给他提意见：有的人建议他多和朋友聊聊，多到外面散散心；有人建议他可以自己找点新奇的东西玩玩，转移一下注意力……一群人说得他心情乱糟糟的。本来是安慰张跃然的，可却变成了一场辩论会。

由于工作的缘故，他受到了领导严厉的批评。领导批评他也是有原因的：张跃然接受的这个任务对公司的发展举足轻重，因此在他执行任务前，领导还千叮咛万嘱咐，让他多参考别人的意见，甚至还给他提了一套方案。而张跃然自认为依靠自己的经验和能力，应该不成问题。但当他执行任务的时候，发现事情并不像自己想象的那么简单。不过他仍然固执地使用他的老方法。最后事情搞砸了。

视野不够远大，胸襟不够广阔，想当然地固执于自己的经历或者经验，常常会让人死死地钻在某一条胡同中不能脱身。对于张跃然来说，他的失败就在于，当他按照自己的经验行事的时候，走不通了，但他仍然固执于自己的方法，这也是他搞砸任务的主要原因。

这个道理很浅显，但生活中，很多人却不知道利用这个方法。比如，在面对挫折时，这些挫折，可能是高考的失利，可能是因为没有学历而工作难找，也可能是因为学历不如别人，工资比别人低；或者因为生意失败郁郁寡欢……在面对这些或大或小的挫折时，有人选择了坚强面对；有人没有坚持住，最终选择了逃避。敢于面对困难的人，他们相信挫折是上天赋予他们的机会，因此他们在失败中学会坚强，在成功中懂得自信；而另一些人选择了抱怨，所以在抱怨中失去了坚持下去的信心和活下去的勇气。

其实，这些都不是问题，很多时候，当我们面前无路可走的时候，为什么不尝试向左或向右呢？问题是如此简单，但就是这个很简单的问题，很多人却想不到。

路很多，不要总是拣熟悉的走。如果总是沿着老路前进，就会把路走烦、走厌、走绝。这时，不妨往旁边跨几步，也许你就会发现无数条路。堵死我们的往往不是路，而是我们自己。

路的旁边也是路，这条路绝看上去也许像羊肠小道，但当我们无路可走的时候，它很可能是一条充满希望、充满机遇、通向成功的光明大道！

主动改变｜发现一个全新的自己8

很多刚入职场的人，用不了多久，起初敢闯敢拼的劲头，就会被消磨殆尽了。但杜丁却是个例外。在大学里杜丁就以创意迭出著称。走上工作岗位两年多的时间里，他依然像刚入职场时候的样子，脑子里有说不完的点子。

不过现在杜丁难免会有些郁郁不得志的感慨——他的老板是个因循守旧的老人，从他创立公司的时候开始，小心谨慎一直都是他遵循的核心思想。在金融危机到来的时候，公司没有像别的公司那样轰然倒塌，这也让老板更坚信是自己的保守和谨慎，才让公司幸免于难。

公司专门生产市场上的那种小电扇。老板的思想是少而精，要做就做最专业的。在杜丁看来，他可不这么想，按照他的理解，公司的实力虽然不是很强大，但还不至于让产品如此单调——在多元化的市场环境中，仅仅生产一两种没有优势的产品显然是不够的。因此他想设计新的产品。

但杜丁不是老板，他只是老板手下的一个部门负责人而已。不过这并没有阻止他产生标新立异的想法。他想，等他设计出了产品，老板一定会认可他的。然而杜丁明白，老板是绝不允许杜丁利用公司的资源进行在他看来毫无意义的尝试的。

因此杜丁想了一个法子。他先跟老板提建议，说应该在电扇的设计上进行更新。在取得老板的同意后，他马上开始着手进行新产品的设计。不到两个月的时间，他就设计出了一款空调扇。这时老板才发现“上当”了，不过面对越来越多的订单，他能怎么做呢？唯一能做的，就是赶紧给杜丁升职！

生活中，有些人总是在一条路上不断地走，当无路可走的时候，便怨天尤人，抱怨别人没有尽心尽力帮助自己，抱怨自己为什么这么没用。实际上，路的旁边也是路。有时候我们走得不好，不是路太窄

了，而是我们的眼光太狭窄了。最后堵死我们的不是路，而是我们自己。

人生的路很长，遇到的挫折也很多：为环境所迫，为条件所困，为生活所累，为情感所惑……有些事情我们是无法改变的。但有句话不是这样说的吗：当我们无法改变他人的时候，我们可以改变自己；当我们无法改变环境的时候，我们可以改变心境。人生之路永远都不是只有一条。当我们不能改变全部时，为什么不改变局部？当我们无休止地抱怨的时候，为什么不尝试着走别的路呢？这时候，我们就应该满怀信心地尝试别的方法——当一种方法解决不了的时候，不要抱怨，尝试着走别的路，也许那就是一条捷径呢！

改变心态就是改变命运

香港有三个年轻人，一起到一个露天洗车场当洗车工。春夏秋冬，酷暑严寒，他们终日里埋头苦干。

一天，一位大学教授到这里洗车，发现他们三个虽然都是洗车工，但工作态度迥然不同。于是他好奇地问A：“你在干什么？”A悠闲地说：“您没看到吗，我在擦车！”

大学教授又问B：“你在干什么呢？”B笑着说：“我在给顾客做汽车保养！”

主动改变｜发现一个全新的自己9

然后他又问C：“你在干什么？”C微笑着回答他说：“我在帮老板赚钱，当然也是给自己挣口饭吃！”

大概过了六七年，这三个一同来打工的年轻人的命运发生了天翻地覆的变化：A作为一个洗车场的业务主管去B开的汽车养护产品店进货，C作为“香港环保洗车王”科贸集团的董事长到B开的经销店考察。B无限感慨地对C说：“你当年就是跟我俩不一样，所以现在就大不一样了。”

B说的“不一样”，其实说的就是心态问题。相同的环境，只是因为心态不一样，各自的命运竟然产生了如此巨大的差别。在三个人中，最有成就的，当属C，他的成功就在于他的心态比另外两个人更好，“我在帮老板赚钱，当然也是给自己挣口饭吃！”一句简单的话，就透露出了他坦然的心态。有了这种坦然的心态，还有什么不可以面对的呢？

即使是一件很微小的事情，就能让很多人烦恼或者悲伤不已。面对烦恼和悲伤，他们抱怨连天。总觉得是别人的缘故才导致目前的窘迫，因此，对他人有了更多的苛求。

为什么说是苛求呢？因为每个人都有自己的思想和想法，他们不会因为别人而刻意改变自己。举个例子，同事性格外向、能说会道，他可能不会因为某个同事内向开不得玩笑，就三缄其口，有时候有意无意就会取笑别人一番。这时候，被取笑的人可能就开始抱怨了。但那能怎样呢？抱怨，只会让他们的心情越来越坏，根本解决不了问题，这种事情太多了。

他们之所以抱怨，是因为别人身上有他们看不惯的东西，但他们又无法改变这种现实。那么，为什么不尝试着去改变自己的心态呢，也许仅仅改变一点点，情况就大不相同了。

一年前，陆光宇从美国留学回国，在朋友的介绍下他来到了宁波的一家私企。在和这家私企的老总面谈之前，陆光宇深信不疑，以他耶鲁大学博士的身份，在这样一个小企业找份工作，那是绰绰有余的。不过，当他见到这位老总的时候，他才发现自己想错了。

原来这家私企的老总是个脾气古怪又很固执的家伙，他对那些文质彬彬的文化人很有偏见。当陆光宇信心百倍地告诉老总他是耶鲁大学毕业的时候，公司的老总疑惑地看着他："耶鲁大学？没听过这个名字！我对你是什么大学的并不感兴趣，我非常讨厌那些自以为是的人，到了什么大学就表示有能耐了吗？我没文化不照样当老板吗？"

老总的话顿时让陆光宇黯然失色，不过他很快冷静了下来，按照他的性格，可能早就走人了。

主动改变｜发现一个全新的自己10

但他没有这样做，一方面，他需要这份工作；另一方面，他发现老总虽然说话难听，但是个正直的人。因此，他故作神秘地对老总说："如果你答应不告诉我父亲的话，我就告诉你一个秘密。"

老总看了看陆光宇，也被他的话逗乐了，然后点头同意了。于是陆光宇小声地对老总说："其实我在耶鲁大学根本没有学到什么，在那边基本上都是混日子。我之所以在那待到毕业，完全是因为我的父亲，他身体不太好，我不想惹他不高兴。"

老总听了陆光宇的话，思索了一下，然后微笑着说："那你明天来上班吧！"

一般人遇到这种情况，可能早已走人了，甚至还会向其他人抱怨自己曾遇到了一个多么不可理喻的老板。抱怨纵然能解一时怒气，但是并不能解决问题，更不能让我们成为最后的赢家。可以想象，如果陆光宇这么做的话，他的这份工作肯定泡汤了。相反，他没有抱怨，更没有和老板对着干，而是随机应变，迎合了老板的观点，最终得到了这份工作。

因此，当我们遇到不如意的事情的时候，不要总是无休止地抱怨，为什么不把抱怨的时间和精力用来反思和改变自己的心态呢！心态决定行动，有一个好的心态，才可能有一个好的结果。

当然，面对别人的刁难，比如你的上司故意和你过不去，你可以讨厌他，而且完全不必去讨好他，也没必要和他达成一致意见。你可以不喜欢他，但一定要清楚，不能让他制造的麻烦转变成你的烦恼。无论你为此多么愤怒，他也不会为你而失眠。如果因为他的过错而使你陷入无尽的烦闷悲伤之中，你就成了唯一一个受到伤害的人。